Revista del
CONSUMIDOR
Procuraduría Federal del Consumidor • México • Número 374 • Abril 2008 • www.profeco.gob.mx • $ 20.00 • ISSN 0185-8874

¿Quiere un buen cafecito?

Las mejores cafeteras

Derechos de los niños • Auténtico aceite de oliva

◗ Platillo Sabio Profeco
Albóndigas a la jardinera

◗ Tecnología Doméstica Profeco
Nieve de limón

Profeco

Profeco

Registro Público de Consumidores

Tu privacidad es tu derecho

Si quieres evitar las llamadas publicitarias a tu casa o celular, inscribe tu número en el Registro Público de Consumidores de la Profeco, sólo marca:

9628 0000
desde México, Guadalajara y Monterrey

01 800 962 8000
sin costo desde el resto de la República

Profeco

PROCITEL

Tu tiempo vale oro

Si un proveedor no cumple con lo que promete o estás inconforme con un servicio, ahora acudir a Profeco a presentar tu queja es mucho más rápido y fácil.

Llámanos al Teléfono del Consumidor para solicitar una cita y olvídate de las largas filas:

01 800 468 8722

(larga distancia sin costo)

Directorio

Procurador Federal del Consumidor
Antonio Morales de la Peña

Coordinador General de Educación y Divulgación
Luis Mariano Acévez Estrada

Directora General de Difusión
Julieta García González

Revista del CONSUMIDOR

Director Editorial
Mateo Miguel García

Directora de Arte y Diseño
Norma Patiño Domínguez

Coordinadora Editorial
Alejandra Sánchez Plascencia

Jefe de Información
José Armando Aguilar Pérez

Colaboradores
José Trinidad Camacho (Trino)

Editor Gráfico
Roberto Paz Amaya

Jefe de Diseño
Víctor M. Gutiérrez García

Diseño
Mónica Miranda Villalba
Alfonso J. Solís Loza
Daniel Wilson Oropeza

Fotógrafo
José Rodríguez

Corrección
Alma Rosa Guerrero Gutiérrez

Consejo Editorial
Antonio Morales de la Peña
Luis Mariano Acévez Estrada
Rafael Anzures Uribe
José Eduardo Delgadillo Alvarado
Raúl García Moreno Elizondo
Esperanza Gómez Mont Urueta
Gladis López Blanco
Jaime Salazar Silva
Tomás Antonio Trueba Gracián
Miroslava Turrubiarte Thomas
José Antonio Zamarrón Luna

La protección de los niños

Abril es el mes del niño y, el día 30, los pequeños esperan ser agasajados, tanto en las escuelas como en sus hogares, con comida, regalos, paseos o lo que se pueda. Más allá de estos festejos, no debemos olvidar que como nación, como sociedad, como padres de familia, debemos amor y respeto a los menores, lo que no siempre sucede en la realidad.

Recordemos entonces la Declaración de los Derechos del Niño, proclamada por la Asamblea General de la ONU el 20 de noviembre de 1959, y ratificada en 1989 bajo la premisa de que "el niño, por su falta de madurez física y mental, necesita protección y cuidado especiales...". Con este motivo preparamos un artículo especial destinado a los padres sobre una realidad difícil de aceptar: el posible abuso sexual que los pequeños pueden sufrir a manos de extraños e incluso de un ser querido. ¿Qué hacer ante semejante caso? Ensayamos algunas posibles respuestas.

Por otra parte, si usted no lo sabía, el 10 de mayo suele ser la fecha en que más flujo de remesas suele haber de Estados Unidos hacia México. Para todas aquellas personas que reciben dinero de parte de sus familiares que trabajan en Estados Unidos, publicamos una guía sobre lo que debe considerarse, tanto aquí como del otro lado de la frontera, para hacer que los dólares rindan más pesos. Abril apenas empieza, hay tiempo suficiente para planear estos envíos...

Por lo demás, ¿le gusta el café? Pues nuestro Laboratorio analizó 43 modelos de cafeteras eléctricas con la finalidad de informarle cuál de ellas prepara el café que más se adecuará a su gusto. De igual forma, le damos a conocer los resultados del estudio de calidad efectuado a los aceites de oliva que se expenden en el mercado nacional.

Como siempre, estos y otros temas de interés los encontrará en las páginas de nuestra revista.

Comentarios y sugerencias: José Vasconcelos 208, piso 14, colonia Condesa, C. P. 06140, delegación Cuauhtémoc. Apartado postal 20600, México, D. F.
Teléfono 5568-8722. Fax 5553-0574. rconsumidor@profeco.gob.mx
Publicidad institucional: 5211-7419

¿Inconforme con el servicio médico recibido?

Para ayudarle existe la CONAMED.
Respondemos a su confianza

Es responsabilidad del Estado Mexicano atender las inconformidades de la sociedad, la queja médica es una de ellas.

CONAMED

5420 7000
01 800 711 0658

http://www.conamed.gob.mx
orientacion@conamed.gob.mx

SALUD

SECRETARÍA
DE SALUD

Sumario

Abril 2008, Núm. 374

10 BUZÓN DEL LECTOR

12 YO, CONSUMIDOR

14 MISCELÁNEA DEL CONSUMO

20 A SU SALUD
Ojos que ven

24 EL MONEDERO
Envío de dólares

34 QUÉ HAY DETRÁS DE...
Videojuegos

44 EL LABORATORIO PROFECO REPORTA
Cafeteras

56 EL LABORATORIO PROFECO REPORTA
Aceite de oliva

64 TECNOLOGÍA DOMÉSTICA PROFECO
Nieve de limón

PLATILLO SABIO PROFECO
Albóndigas a la jardinera

66 PEQUEÑOS CONSUMIDORES
Derechos de los niños

70 ENTREGA ESPECIAL
Abuso sexual infantil

80 FORO DEL CONSUMO
Harry Potter no hace verano

Foto José Rodríguez

Has pensado alguna vez...

¿DE QUÉ VAS A VIVIR CUANDO TE RETIRES? (SEGUNDA DE DOS PARTES*)

Con el sistema de pensiones del IMSS que se modificó a partir del 1° de julio de 1997, nacen las Afores (Administradoras de Fondos para el Retiro) que son instituciones financieras diferentes a un banco, a una aseguradora o a una casa de bolsa. Su objetivo es resguardar e invertir los recursos de los trabajadores para que al momento del retiro tengan una pensión.

En el Sistema de Ahorro para el Retiro (SAR) existen varias Afores de las cuales puede uno escoger. Hay Afores que dan más o menos rendimientos y hay Afores que cobran más o menos comisión y el monto de tu pensión al final de tu vida laboral va a depender en GRAN parte de ambos, por ello es muy importante comparar y escoger la mejor opción DESDE HOY. El 15 de marzo de 2008 entraron en vigor varios cambios a la ley que harán que el SAR sea un sistema más sencillo y transparente. Entre los cambios están:

•Que antes las Afores te cobraban dos comisiones (flujo y saldo) y ahora solo te cobrarán una (saldo).

•Que antes se comparaba a las Afores solamente por las comisiones y ahora se compararán por comisiones y rendimientos (lo que se conoce como Rendimiento Neto, o sea, los rendimientos que te dan, menos la comisión que te cobran).

•Que sólo te podrás traspasar una vez al año de Afore, a la de tu preferencia y una vez más al año (un máximo de 2 traspasos cada 12 meses) si te cambias a una Administradora que te dé mejor Rendimiento Neto.

•A los trabajadores que no seleccionen Afore al ingresar al mercado laboral, la CONSAR los asignará a aquellas que otorguen mejor Rendimiento Neto.

Al final de tu vida laboral puede hacer TODA la diferencia en tu pensión haber estado en una Afore o en otra, por ello es esencial que revises tus estados de cuenta que deben enviarte por lo menos dos veces por año.

•Los datos de todas las Afores los encuentras en www.consar.gob.mx y si no recuerdas en qué Afore estás, llama al 01800-50-00-747 y digita la opción 2.

Vale la pena dedicarle unos minutos a este tema HOY cuando será algo que cambie significativamente tu vida MAÑANA. Has pensado alguna vez ¿de qué vas a vivir cuando te retires?...

* La primera parte fue publicada en el número 373 página 5

Para más información llama al **01800 50-00-747**
o consulta **www.consar.gob.mx**

CONSAR

Teléfono del

Si usted no habla, no se le oye....

- Asesoría y orientación jurídica
- Cómo presentar quejas y denuncias
- Comportamiento comercial de proveedores
- Ubicación de oficinas Profeco
- Suscripciones a la *Revista del Consumidor*
- Quién es quién en el envío de dinero de E.U. a México y mucho más

Si vive en el D.F. marque

5568-8722

Larga distancia sin costo para el resto de la República: **01-800-468-8722**

De lunes a viernes de **9:00** a **19:00** horas
Sábados, domingos y días festivos de **10:00** a **18:00** horas

consumidor

Profeco

Su opinión es importante

Envíenos sus comentarios acerca de la revista a Av. José Vasconcelos 208, piso 14, colonia Condesa, C.P. 06140, México, D. F., o por internet a rconsumidor@profeco.gob.mx Esperamos sus cartas.*

Viajero aéreo

Quiero saber cuáles son las compañías aéreas nacionales que ofrecen el servicio más barato, en particular las que tienen vuelos desde Toluca o la Ciudad de México con destino a Ciudad Reynosa o Matamoros.

Alfredo Said

Para ofrecer tarifas atractivas, las líneas aéreas de bajo costo (Volaris, Click, Interjet) tienen una serie de estrategias. Si desea conocer la opción más conveniente, averigüe cuáles son los horarios disponibles, el costo de las tarifas, venta de boletos, en qué aeropuertos operan los vuelos, etc. Ya con la información en la mano, compare y elija. Consulte en las direcciones electrónicas de las líneas aéreas o por vía telefónica. Puede leer el artículo El ABC de las aerolíneas de bajo costo *publicado en nuestra revista de junio de 2006.*

Tecnología Doméstica

Hace tiempo que soy lector de la *Revista del Consumidor*, y vi una tecnología sobre impermeabilizantes, en la que estoy interesado. ¿Me podrían mandar la información?

Me despido no sin antes decirles que la suya es una excelente revista.

Eduardo Cruz Saucedo

Gracias por sus felicitaciones. Le informamos que por correo electrónico le hemos enviado la Tecnología Doméstica solicitada.

Comida orgánica

Hola, soy estudiante de la UAG y estoy realizando mi tesis sobre comida orgánica. Les agradecería infinitamente que me brindaran los números de las revistas que hayan tocado el tema. Gracias nuevamente, y quedo en espera de su respuesta.

Ana Bárbara Morales

La invitamos a consultar la página www.profeco.gob.mx e ir al link Revista y de ahí a "Artículos de números anteriores de la Revista del Consumidor" y buscar en octubre de 2005 el artículo titulado Productos orgánicos, retorno a lo natural.

Sobre universidades

Hace tiempo que publicaron un artículo sobre las universidades del país. Quiero saber si me lo pueden enviar por correo electrónico o de qué otra forma lo puedo adquirir, pues estoy trabajando en un proyecto y necesito los datos. Mil gracias.

Efrén Herrada

En el mes de julio de 2003 se publicó un artículo sobre universidades, el cual le enviaremos por esta misma vía. En julio de 2007 se publicó un segundo artículo que puede consultar en www.profeco.gob.mx. En la página principal busque Revista, y de ahí vaya al link "artículos de números anteriores de la Revista del Consumidor" y busque el año y el mes. Además, en la página electrónica de la Federación de Instituciones Mexicanas Particulares de Educación Superior www.fimpes.org.mx encontrará la información completa de las universidades acreditadas por la Federación, así como sus direcciones físicas y electrónicas, y números telefónicos.

*Las cartas enviadas a la *Revista del Consumidor* implican su consentimiento para que sean editadas y publicadas. Sus datos personales quedan protegidos conforme a los Lineamientos para la protección de datos personales emitidos por el IFAI (Instituto Federal de Acceso a la Información Pública).

Envíenos sus experiencias relaciondas con la contratación de servicios y la compra de productos a Av. José Vasconcelos 208, piso 14, colonia Condesa, C.P. 06140, México, DF, o a rconsumidor@profeco.gob.mx. No olvide incluir su nombre completo y una dirección o número telefónico donde podamos ponernos en contacto con usted.*

Papelito habla

En febrero de 2006 adquirí a plazos un producto que cubrí puntualmente en febrero de 2007. Sin embargo, en noviembre de 2007 me llamó la licenciada de la empresa, María Irene Ramos, para decirme que aún tenía seis pagos pendientes. Le expliqué que yo llamé en febrero precisamente para corroborar que mi deuda estaba saldada. La respuesta de la señorita Ramos fue que yo debía comprobar el término de la liquidación. Desafortunadamente yo no tenía ya todos los comprobantes de pago. Así las cosas, quedó en enviarme la referencia de pago, pues "debía seis mensualidades".

Cuando recibí la referencia vi que el número era distinto al que me habían asignado inicialmente. Traté de comunicarme con la señorita Ramos, pero fue imposible. Hablé entonces con Roberto Jaloma, a quien le expliqué el error. Finalmente recibí mi carta de no adeudo y asunto arreglado, sin embargo, me preocupa haber sentado un mal antecedente como si yo fuera una persona irresponsable. ¿Cuántas personas guardarán sus comprobantes después de haber liquidado una deuda? Comparto mi experiencia para que a otros consumidores no les suceda lo mismo que a mí. Gracias por su atención.

Angélica Díaz

El artículo 55 de la Ley Federal de Protección al Consumidor (LFPC) señala que los proveedores están obligados a mantener registros e informar al consumidor todo lo necesario para que pueda identificar individualmente la transacción y cerciorarse de la identidad del consumidor. Sin embargo, es muy importante que los consumidores siempre exijan y conserven sus comprobantes de pago. Por otra parte, si usted está interesada en conocer su situación crediticia, puede solicitar un reporte de crédito especial en el Buró de crédito, sin costo alguno una vez cada 12 meses. En www.burodecredito.com encontrará mayor información.

Vacaciones de terror

En octubre de 2007 contraté un viaje a Costa Rica en la agencia de viajes Net Travel. Durante los siguientes dos meses no supe de ellos, hasta que a principios de diciembre les hablé para que me dieran información concreta sobre el viaje, como nombre del hotel, teléfonos, horarios de salida, etc. Dos días después me enviaron un sobre con los boletos de avión y detalles de las excursiones, nada más. Llegamos a la una de la mañana a Costa Rica y aun cuando el hotel estaba a 15 minutos, nos hospedamos a las 3 de la mañana. Entre muchos contratiempos, el peor de todos fue cuando fuimos a Isla Tortuga en un velero sin motor, de modo que el viaje duró tres horas en vez de hora y media (si hubiéramos viajado en una lancha con motor). El velero tenía una capacidad para 8 pasajeros, pero ¡subieron a 23! Como yo no quería vivir esa experiencia de nuevo, me apalabré con otra excursión que llevaba una lancha grande con motor para regresarnos con ellos. Mis compañeros de viaje me contaron que de regreso abordaron la lancha a las tres de la tarde y llegaron a las diez de la noche, y que la lancha se ladeaba tanto que el guía y la tripulación le pedían a los pasajeros que se hicieran hacia el otro lado para nivelar la lancha.
La cena de Navidad consistió en arroz, frijoles, pollo guisado, un lomito y ensalada, y la sirvieron en un jacalón para que cupiéramos las casi 300 personas o más que éramos, las mesas eran tablones con manteles y bancas corridas (no sillas). Mi esposa y yo preferimos ir a cenar a otro lado, lo cual obviamente tuvo un costo. Por favor, publiquen esto. Net Travel no sirve como operadora de viajes ni Kroa como agencia de viajes a Costa Rica. Kroa está dando un pésimo servicio, e inclusive poniendo en peligro la vida de la gente.
Guillermo Madero

Para evitar sorpresas desagradables es importante que antes de firmar un contrato se cerciore de que especifique la categoría y demás características bajo las cuales le ofrecen el servicio. Le sugerimos también consultar el Buró Comercial de Profeco en burocomercial.profeco.gob.mx o a través del correo electrónico comportamientocomercial@profeco.gob.mx, para saber si la empresa que le interesa tiene quejas ante Profeco, y así tener los elementos de comportamiento comercial de ésta. Gracias por compartir su experiencia con nuestros lectores, para que en sus próximas vacaciones tomen sus precauciones.

A todos nuestros lectores:
Les recordamos que esta sección es un espacio para que los consumidores compartan sus experiencias de consumo con los demás lectores. La *Revista del Consumidor* no tiene las facultades legales para intervenir en la solución de los problemas que se plantean, pero sí para brindar a los lectores la asesoría necesaria para que, a través de las instancias correspondientes (delegaciones Profeco, Condusef, Conamed, etcétera), resuelvan los conflictos que enfrentan con proveedores y prestadores de servicios.

* Las cartas enviadas a la *Revista del Consumidor* implican su consentimiento para que sean editadas y publicadas. Sus datos personales quedan protegidos conforme a los Lineamientos para la protección de datos personales emitidos por el IFAI (Instituto Federal de Acceso a la Información Pública).

Foto archivo

Yo amo a mi mascota

Por José Armando Aguilar y Óscar Lojero

¿Acaso sabe usted cuánto dinero gastan cada año nuestros vecinos del norte en sus mascotas? ¡41 mil millones de dólares! Sí, en efecto, se trata de mucho dinero: casi 10 veces el presupuesto destinado para la ciencia en nuestro país.

Pero los más felices con este idilio no son las mascotas, sino los fabricantes de productos destinados a los animales, quienes desde 1994 registran crecimientos anuales superiores a 120%.

¿Exageración? Para nada. A los ya existentes restaurantes, hoteles y spas para mascotas, se suman negocios pujantes, como seguros médicos, centros de salud especializados en nutrición y despachos legales que gestionan herencias para animales.

Aunque este consumo multimillonario podría comprenderse si consideramos que se trata de un país con 71 millones de hogares que tienen uno o varios animales, la verdad es que el amor por los animales de compañía en los Estados Unidos es con frecuencia desmedido. Por ejemplo, está el caso de Barney, un terrier escocés negro, un perro como cualquier otro, pero con un par de peculiaridades: es la mascota de George Bush y tiene su propia página en internet (www.whitehouse.gov/barney), sí, el sitio web oficial de la Casa Blanca, donde usted puede leer la interesante biografía de Barney, ver fotografías y videos del can, y lo mejor, enviarle un mensaje para que el ilustre Barney le haga el honor de "contestar"...

Pero eso no es todo, en un país donde ocho de cada 10 personas se consideran "papá" o "mamá" de sus mascotas, y la mitad llevan una foto de ellas en su cartera, se dan casos como el de Kenzie, una perrita cuyo máximo sueño "es tener una cita con Barney Bush". En su página web (mydatewithbarney.com), la canina enamorada no tiene empacho en rogar por una oportunidad a Barney por medio de videos (y ladridos, oportunamente traducidos por la mente detrás de la página), postales y cartas.

Por cierto, si llamó su atención lo anterior, nada más eche un vistazo al sitio presidentialpetmuseum.com, la página en internet de un museo ubicado en Virginia, que recopila información de las mascotas presidenciales que han disfrutado de la Casa Blanca, como la manada de elefantes de James Buchanan o las mascotas de Theodore Roosevelt, entre las que se encontraban cinco osos, lagartijas, un león, un gallo, una hiena, un coyote, una cebra...

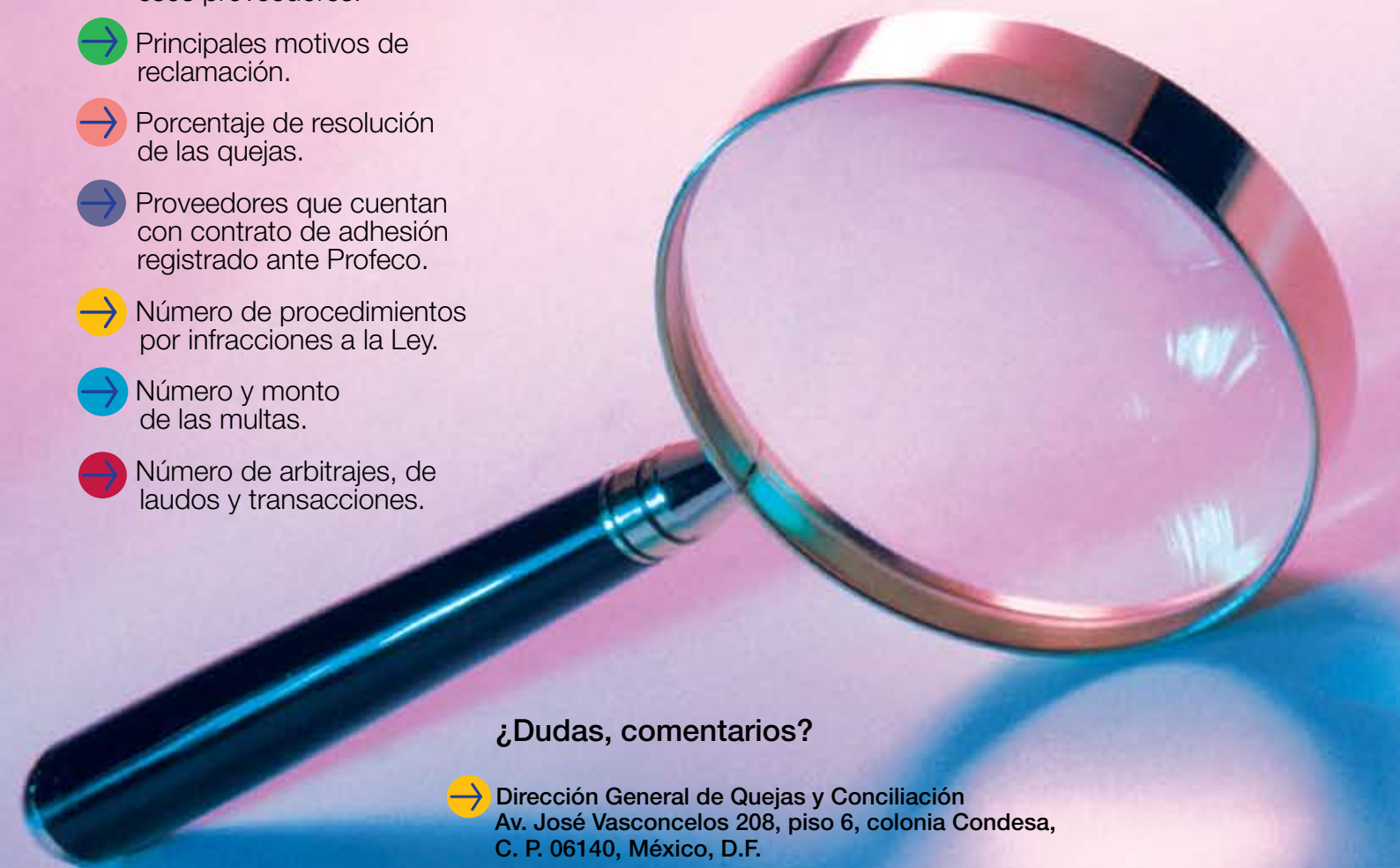
Fuentes *Milenio Diario*, 18 de febrero, 2008 • www.whitehouse.gov/barney • mydatewithbarney.com • presidentialpetmuseum.com

Antes de firmar...

Buró comercial de Profeco

En www.profeco.gob.mx usted encontrará información sobre 450 proveedores que pueden estarle ofreciendo cerrar un trato... ¡No se arriesgue! Dé clic en "Buró comercial de Profeco", y sabrá:

- Número de quejas contra esos proveedores.
- Principales motivos de reclamación.
- Porcentaje de resolución de las quejas.
- Proveedores que cuentan con contrato de adhesión registrado ante Profeco.
- Número de procedimientos por infracciones a la Ley.
- Número y monto de las multas.
- Número de arbitrajes, de laudos y transacciones.



¿Dudas, comentarios?

Dirección General de Quejas y Conciliación
Av. José Vasconcelos 208, piso 6, colonia Condesa,
C. P. 06140, México, D.F.

asesoria@profeco.gob.mx

Teléfono del Consumidor, 5568-8722 para el D.F.
01-800-468-8722, larga distancia sin costo
para el resto de la República

¡Por una cultura de consumo inteligente!

Profeco

Sobre inventores

Si la última vez que intentó hacer algún experimento gastronómico, una innovación a la computadora o implementar un nuevo mecanismo para rascarse la espalda sin pedir ayuda, y todo terminó con el iracundo reclamo de "¡A quién se le ocurre!", no se desanime. Quién sabe, tal vez el día que usted falte en este mundo, todos tengamos que agradecerle la iniciativa. Y es que normalmente así pasa con algunos productos revolucionarios (o al menos, que se conocen en todo el planeta): a nadie le interesa quién los inventó hasta que fallece su creador. Aquí, tres de los casos más recientes:

Muere el padre del control remoto (18 de febrero de 2007).
Robert Adler, quien falleció a los 93 años de edad, era un prolífico inventor que tenía 180 patentes de inventos en Estado Unidos, pero sin duda el control remoto fue el más célebre de todos. Fue en 1956 cuando Adler (junto con su colega Eugene Polley) presentó al mundo el Zenith Space Command y, para bien o para mal, con ese aparatito revolucionaron para siempre la forma de ver televisión.

Fallece el inventor del Gatorade (27 de noviembre del 2007).
Robert Cade era su nombre, 80 años su edad, médico de profesión. En 1965, los Florida Gators, equipo de futbol americano de la Universidad de Florida, donde Cade era investigador, sufrió una serie de derrotas consecutivas debido al inclemente calor de las zonas pantanosas de ese estado. Luego de realizar varias pruebas, Robert Cade y su grupo de especialistas determinaron que los jugadores estaban mal hidratados, así que se dedicaron a crear una fórmula que ayudara a los Gators a mejorar su rendimiento. Así nació Gatorade, la primera bebida del mundo para deportistas que en un principio sólo contaba con cuatro sabores... hoy son más de 50 y es un producto que genera ganancias multimillonarias en 80 países.

Muere el padre del hula hula (14 de enero de 2008).
No sólo eso, Richard Knerr fue el responsable de que conozcamos el Frisbee y otros populares juguetes. En un principio, Knerr se dedicaba a entrenar halcones lanzándoles objetos con una resortera. El negocio dio un giro cuando la gente comenzó a interesarse más por el juguete que por las aves. Otro descubrimiento de Knerr sucedió cuando conoció el disco volador que había inventado un inspector de construcción. De inmediato Richard compró los derechos del juguete y lo llamó Frisbee. Así, con su socio Arthur Melin, Richard creó la compañía Wham-O con la que también crearon la Bola Loca (Super Ball), que por sus incontenibles rebotes fue vetada de las escuelas de todo el mundo. Pero el hula hula, que fue su mayor éxito, surgió gracias a un amigo que habló a los socios sobre un aro de bambú que utilizaban en Australia para hacer ejercicio. Con ninguna otra referencia más que su imaginación, Richard Knerr inventó el famoso aro de plástico que hoy, a diferencia de la Bola Loca, podemos ver sin restricciones en casi cualquier lugar del mundo.

Fuentes www.cnnexpansion.com • afp.google.com

Las semillas del fin del mundo

El pasado 26 de febrero se realizó la inauguración oficial de la Bóveda Global de Semillas de Svalbard, en Noruega. Se trata de una cámara construida para asegurar la supervivencia de semillas de cultivos alimenticios provenientes de todo el mundo, en caso de que ocurriese una catástrofe (natural o provocada por el hombre). El "Arca de Noé" de las semillas tuvo un costo de más de 9 millones de dólares y tiene capacidad para almacenar 4.5 millones de semillas de todo el orbe, de las que México es uno de los principales proveedores. "Noruega no podía haber hecho al mundo un mejor regalo que asegurarnos la continuidad de todos los cultivos del mundo. La Bóveda Global de Semillas de Svalbard es única. Incluso si toda la técnica fallara, las semillas estarán seguras, almacenadas a muchos grados bajo cero por largo tiempo", comento Cary Fowler, director del Fondo Mundial para la Diversidad de Cultivos. Aunque existen otros bancos de semillas en el mundo, la bóveda de Svalbard es la más imponente, ya que duplicará el número de semillas que todos éstos guardan.

Fuente www.regjeringen.no • www.noruega.org.mx

Ser el Nº 1 cuesta... y mucho

¿Cuánto pagaría usted por ser el número 1? Pues Saeed Khouri, en Abu Dhabi, en los Emiratos Árabes Unidos pagó 14.5 millones de dólares por obtener una placa de automóvil que tiene sólo el número 1.
Cuando le preguntaron por qué la compró, dijo que la quería porque "es el mejor número".

Fuente www.business24-7.ae

En sus manos está el poder

Derecho a la información:
La publicidad, las etiquetas, los precios, los instructivos, las garantías y en general toda la información de los bienes y servicios que nos ofrecen debe ser oportuna, completa, clara y veraz, de manera que podamos elegir sabiendo qué compramos.

Usted tiene el poder
¡Profeco lo respalda!

Profeco

Pepe El Toro y El Santo

Tal vez usted recuerde a Sid Phillips, el malvado niño de la película *Toy Story 1*. Pues ese torturador de juguetes que gustaba de combinar partes de muñecas, dinosaurios y robots, bien podría ser considerado todo un artista... al menos, entre las personas que se encargan de crear los llamados juguetes de autor. Los Art Toys, como también se les conoce, son una nueva forma de expresión en México con la que ilustradores, diseñadores, pintores y graffiteros buscan plasmar una cultura urbana en México, donde se unen moda, diseño gráfico, graffiti, cultura popular, música y deseo de consumo personalizado.

De acuerdo con Quique Ollervides, diseñador gráfico y socio de la tienda Kong (uno de los lugares que más impulsan este movimiento), los juguetes de autor son piezas únicas o ediciones limitadas dirigidos a adultos, quienes incluso llegan a pagar hasta 500 dólares por un juguete de este tipo. Un juguete de autor "tiene que ser una propuesta propia, no algo que ya existe, no un fusil", comenta Quique. En pocas palabras, es necesario ser original. Los materiales para crearlos son muchos: el más utilizado es el vinil, pero también se pueden lograr con cartón, madera, peluche o metal; inclusive se vale utilizar piezas de juguetes comerciales.

Ejemplo de lo anterior es "Zoveck el Robot" (creado por el estudio de diseño gráfico Zoveck, y uno de los juguetes de autor más conocidos), un muñeco con cuerpo de madera totalmente decorado a mano, cabeza de payasito y alas. Otra creación de Zoveck es el "San-to. 100% más milagroso", una pieza hecha en resina que tiene el cuerpo de San Judas Tadeo, pero la cabeza de El Santo, el Enmascarado de Plata.

Otros ejemplos son Pepe el Toro, Perro Muerto, los juguetes de la línea Cabeza Cuadrada y el Zopilote Surf, que incluye un CD con cuatro canciones de Lost Acapulco (grupo de surf rock mexicano). Más información sobre juguetes de autor en www.kong.com.mx y www.ledyledy.com.mx

Fuentes Entrevista con Quique Ollervides, diseñador gráfico.

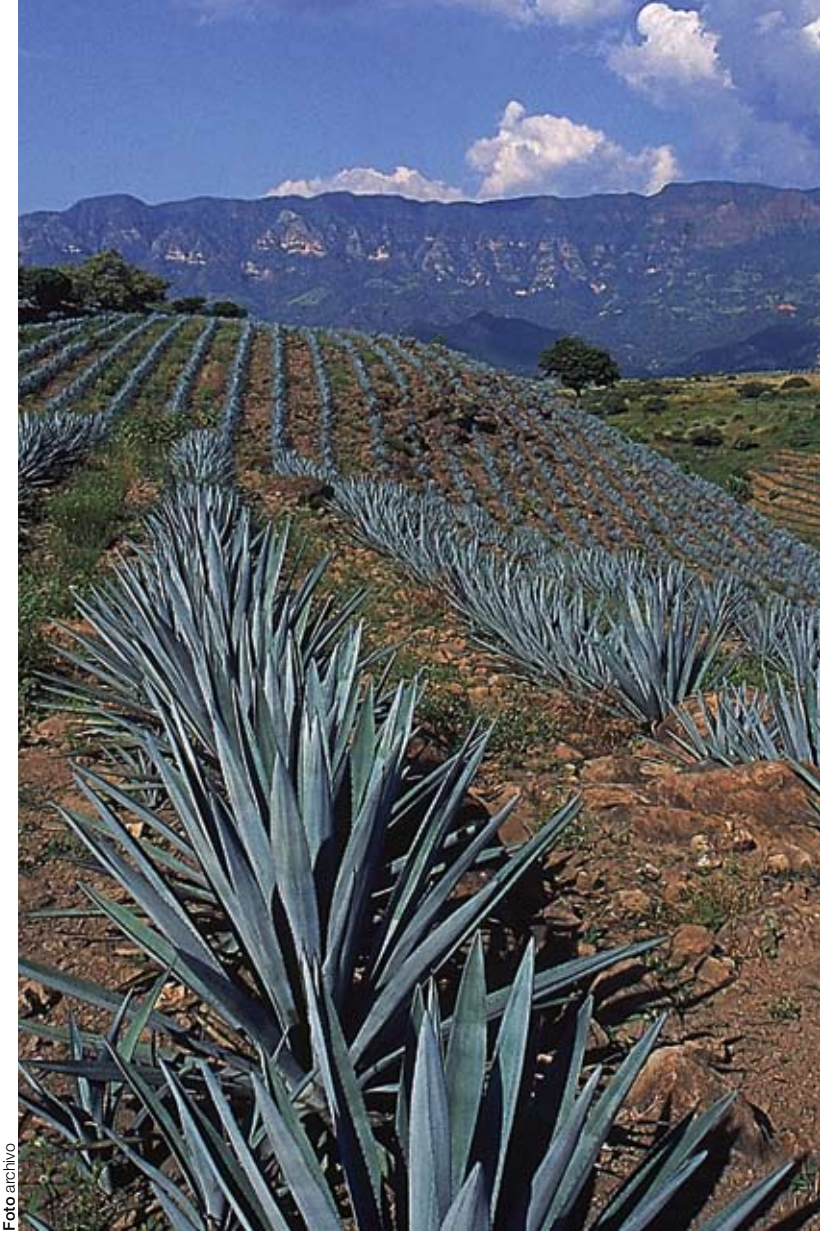


Foto archivo

Caballitos de lujo

Estos caballos no son pura sangre. Es más, ni siquiera galopan ni relinchan, pero vaya que salen caros. Hablamos de los caballitos que podrían servirse de una botella de Dos Lunas Grand Reserve, un tequila de lujo que cuesta nada más y nada menos que 2 mil 500 dólares. Según sus creadores, el mérito de la suntuosa bebida es que se trata del primer tequila disponible comercialmente con más de 10 años de añejamiento, además de que la botella fue creada por la famosa compañía de cristalería francesa Baccarat.

Ah, pero si se trata de bebidas fuertes y exclusivas, no hay quien le gane a Pasión Azteca, la botella más cara del mundo, según los Guinness World Records: en 2006, la compañía tequilera Ley.925 vendió este tequila envasado en una botella de oro y platino (creación del artista Fernando Altamirano), en la friolera de 225 mil dólares.

Fuente www.doslunas.com • www.ley925.com

Quién es quién en los precios

- Tortillas
- Gasolina
- Medicamentos
- Útiles escolares
- Aparatos electrodomésticos
- Créditos a pagos fijos
- Productos de la canasta básica
- Envío de dinero de EU a México...

y muchos productos más

Consúltelo en www.profeco.gob.mx o al 01-800-468-8722,
larga distancia sin costo desde cualquier lugar del país

Profeco

Ojos que ven

¿Puede recordar cuándo fue la última vez que visitó a un oftalmólogo? Probablemente, al leer esta pregunta, haya movido los ojos ligeramente hacia la derecha y se haya quedado pensativo. ¿Dos, quizá tres años? ¿Nunca porque tiene una vista maravillosa? Y si usa lentes, ¿hace cuánto que no cambia su graduación? En estas páginas le damos una pequeña guía para el cuidado de sus ojos.

Por Maru Monroy

Los ojos, al igual que el resto de los órganos de nuestro cuerpo, merecen cuidados, pues de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, unos 45 millones de personas en el mundo son ciegos, 124 millones tienen una visión deficiente y más de 150 millones presentan defectos de refracción, mejor conocidos como miopía, astigmatismo e hipermetropía. Lo más increíble es que cuando se diagnostican y atienden a tiempo, tres cuartas partes de estos casos son tratables, e incluso prevenibles.

Si bien es cierto que en muchos casos la progresión de estos padecimientos está íntimamente relacionada con la genética, la falta de información y atención médica adecuada o la pobreza extrema, otros son tratables si se toman algunas precauciones.

En la actualidad, las principales condicionantes de ceguera evitable y discapacidad visual por causas no transmisibles –es decir, que no obedecen a ningún tipo de infección– son las cataratas, el glaucoma y la retinopatía diabética; y por enfermedades infecciosas, el tracoma y la oncocercosis, ambas curables en un cien por ciento si se tratan y previenen a tiempo con medicamentos (ver el recuadro "Los padecimientos más comunes").

Cuándo consultar al oftalmólogo

Las diversas asociaciones de oftalmología a nivel mundial recomiendan visitar a un especialista por lo menos una vez al año para revisar el estado de sus ojos, inclusive desde niños, pero sobre todo cuando se le ha diagnosticado algún padecimiento, o bien, si es mayor de 40 años o padece diabetes.

Sin embargo, también debe acudir con el oftalmólogo cuando tenga los ojos congestionados, sienta cansancio visual, se presente dolor de cabeza frecuente o lagrimeo, tenga la visión borrosa o aparezcan manchas o lunares de color amarronado, dentro o fuera del ojo, que modifiquen su tamaño.

Sin embargo, antes de acudir a la consulta, usted deberá conocer sus antecedentes familiares, es decir, si sus padres o abuelos tienen o tuvieron alta presión ocular (glaucoma), alguna enfermedad de la retina o si utilizan lentes, pues cabe destacar que diversos padecimientos se transmiten, como ya se mencionó, de forma hereditaria.

Cirugía de cataratas

En agosto de 2007 se puso en marcha el Programa Nacional de Cirugía de Cataratas de la Secretaría de Salud, el cual tiene como objetivo incrementar el número de intervenciones quirúrgicas para curar las cataratas, causa del 45% de los casos de ceguera en el país.

En la actualidad existen en México 300 mil casos detectados de cataratas, aunque se estima que el número de mexicanos podría ascender a un millón 600 mil.

Por la magnitud del problema, el padecimiento está incluido en el Fondo de Gastos Catastróficos del Seguro Popular. Si requiere de más información sobre este programa, le invitamos a preguntar en la unidad clínica u hospitalaria del Sector Salud más cercana a usted.

Los padecimientos más comunes

Cataratas. Ocurren cuando se dañan las proteínas que componen la lente del ojo a través de la cual pasan los rayos de luz, nublándolo. En algunos casos el daño comienza a edades tempranas y se acumula con el paso del tiempo. La diabetes, el consumo de alcohol y tabaco y la exposición a los rayos ultravioleta pueden ocasionar que se presenten. Son corregibles con cirugía.

Glaucoma. Esta enfermedad se asocia con el aumento de la presión del líquido interior del ojo, provocando una lesión progresiva del nervio óptico. A partir de los 40 años aparece en una de cada 100 personas.

Retinopatía diabética. En ella los vasos sanguíneos más pequeños del ojo, conocidos como capilares, comienzan a dejar salir la sangre de su interior y estos pequeños derrames provocan daños en la retina. Ésta es la principal causa de pérdida de visión en pacientes diabéticos.

> “Si usted usa anteojos recuerde que, al igual que el cepillo de dientes, éstos son de uso personal y sólo deben emplearse por prescripción médica.”

Si usted usa anteojos recuerde que, al igual que el cepillo de dientes, éstos son de uso personal y sólo deben emplearse por prescripción médica, ya que usar una graduación inadecuada puede provocarle dolores de cabeza o encubrir otros padecimientos.

En la actualidad, muchos problemas relacionados con la vista pueden corregirse con operaciones. Estos procedimientos son, generalmente, bastante sencillos y corrigen retinopatía diabética, glaucoma, cataratas, pequeños hoyos en la retina, mácula de tipo húmedo y problemas de visión como la miopía y el astigmatismo. Sin embargo, en estos últimos dos casos es importante que sepa que la cirugía no detendrá el deterioro de la vista a lo largo de su vida.

Uno de los procedimientos más frecuentes es la cirugía láser, que consiste en dirigir un haz de luz al lugar dañado y emitir pequeñas explosiones que deshacen los tejidos que no deberían estar en ese sitio o soldando las partes dañadas. Sus ventajas son que disminuye los riesgos de infección, las molestias y no requiere hospitalización.

Cuídelos, sólo son dos

La prevención es el mejor aliado de unos ojos sanos, por ello es importante protegerlos de los rayos UV, pues éstos provocan quemaduras en la superficie del ojo que pueden ser tan dolorosas como las que se presentan en la superficie de la piel. Estas quemaduras se quitan con el tiempo, pero la exposición prolongada a este tipo de rayos origina la aparición de otros padecimientos y genera daños permanentes. Para evitar que le afecten utilice gorras o sombreros y lentes que filtren el 100% los rayos UV.

> “Cuando sienta cansados los ojos, ya sea por leer, tejer o realizar alguna actividad en la que su mirada permanezca fija por mucho tiempo, coloque el objeto a 30 o 40 centímetros de sus ojos, con una fuente de luz a su espalda y descanse la mirada cada hora, observando objetos lejanos por tres o cuatro minutos.”

Primeros auxilios

En las salas de emergencia, uno de los problemas que se atienden con mayor frecuencia son las heridas en los ojos. Muchas de ellas ocurren en casa y pueden prevenirse leyendo con cuidado las instrucciones de productos químicos, lavándose las manos después de emplearlos, utilizando tapas al momento de freír los alimentos o apuntando las boquillas de los *sprays* de tal modo que no tengan contacto con el ojo.
Las siguientes recomendaciones le ayudarán a saber cómo actuar en caso de molestia o accidente.

Brizna en el ojo. Parpadee en varias ocasiones o tome el párpado superior y llévelo hacía el inferior para permitir que las pestañas la expulsen. Nunca lo talle.

Golpe en el ojo. Aplique compresas de hielo por 15 minutos para reducir el dolor y la inflamación. Si ve fuera de foco, doble o cambia el tamaño o la forma de la pupila, acuda con un especialista.

Herida en el ojo. Véndela suavemente y visite al oftalmólogo a la brevedad.

Químicos en el ojo. Lávelo con agua limpia, tratando de mantenerlo lo más abierto posible con ayuda de sus dedos. Gírelo suavemente con los mismos para que todo quede lavado y realice estas inmersiones durante unos 15 minutos de manera constante. No deje de visitar al médico u oftalmólogo.

Otras medidas que le ayudarán a proteger y no forzar su visión son, por ejemplo, que cuando lea o escriba lo haga con una buena fuente de luz a sus espaldas, y si trabaja frente a un monitor procure que el ambiente no sea demasiado luminoso, ubique la pantalla a una distancia de 50 a 70 centímetros de sus ojos y 10 centímetros por debajo de su horizonte de mirada.

Cuando sienta cansados los ojos, ya sea por leer, tejer o realizar alguna actividad en la que su mirada permanezca fija por mucho tiempo, coloque el objeto a 30 o 40 centímetros de sus ojos, con una fuente de luz a su espalda y descanse la mirada cada hora, observando objetos lejanos por tres o cuatro minutos. El cansancio en estas actividades se debe a que parpadeamos con menos frecuencia, por lo que se reseca el líquido que protege los ojos.

Uno es lo que come

La alimentación también juega un papel importante en el cuidado de los ojos. Esto no quiere decir que comiendo un kilo de zanahorias tendrá la vista de un lince, pero sí es cierto que una dieta balanceada y la ingesta de ciertos productos le ayudará a mantener unos ojos sanos.

En México, la diabetes es la primera causa de ceguera en personas entre 25 y 74 años de edad y se calcula que alrededor de 10 millones padecen esta enfermedad, es decir, casi un 10% de la población. En este caso, la calidad de su vista depende en gran medida de lo que come.

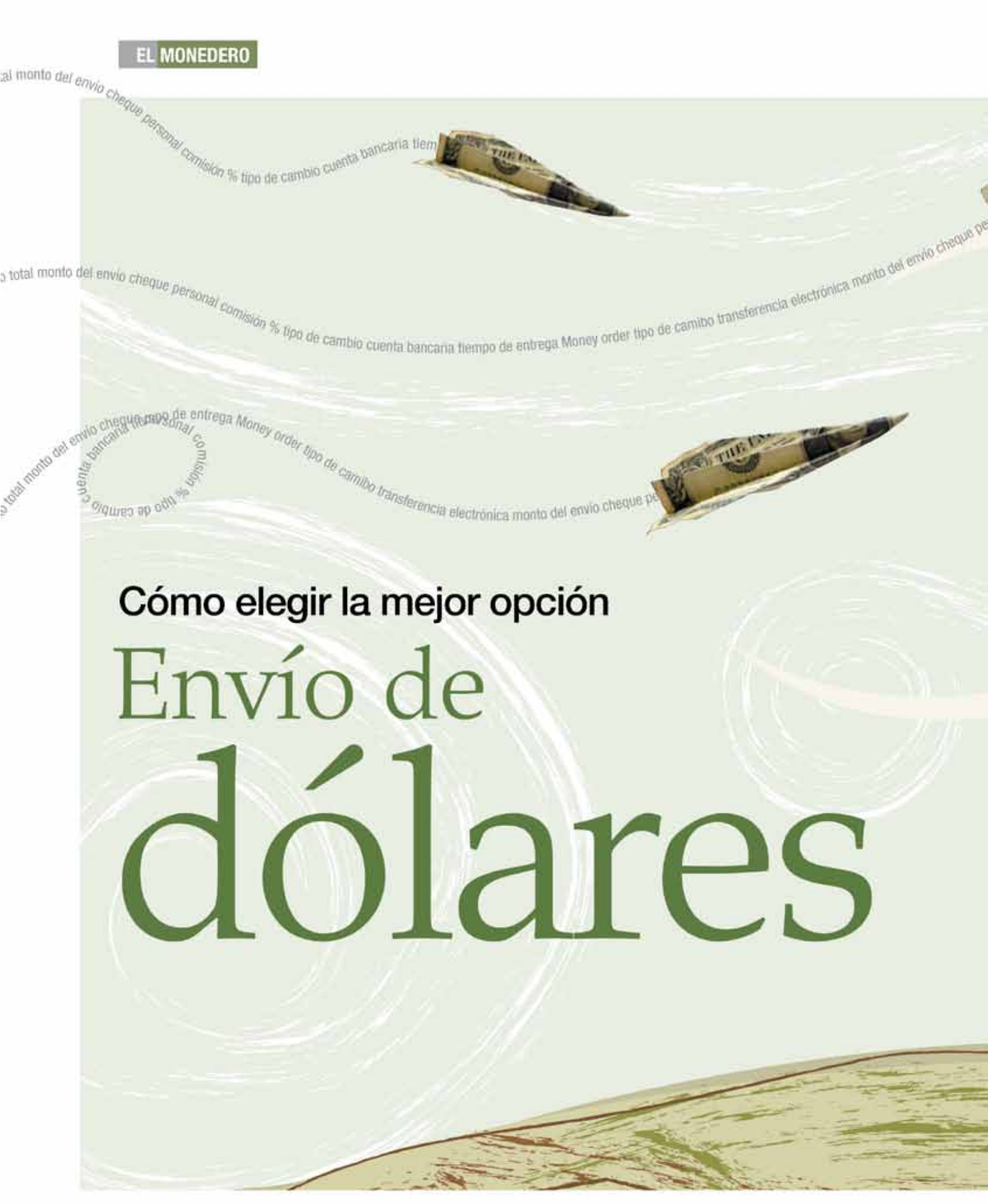
Una dieta rica en vitaminas A, B, C y E, minerales como el zinc o cualquier otro antioxidante, contribuye a contrarrestar los efectos de los radicales libres, principales culpables de acelerar la presencia de las afecciones oculares, incluyendo las cataratas. Por su parte, el consumo de luteína, un pigmento de la familia de los carotenoides presentes en los vegetales de tono anaranjado, puede ayudarle a prevenir la degeneración macular en el área central de la retina.

Y en fechas recientes se ha descubierto que la yema del huevo también ayuda a prevenir afecciones como las cataratas, el daño a la retina y la degeneración macular porque contiene luteína y zeaxantina, que protegen el ojo una vez que llegan a la sangre.

En el caso de los niños, una dieta rica en vitamina A les ayudará a prevenir la ceguera infantil y enfermedades como conjuntivitis en recién nacidos, cataratas congénitas y retinopatía prematura.

Así que ya lo sabe, cuídelos, que sólo son dos, y son para toda la vida.

Fuentes http://www.eyecareamerica.org • http://www.aao.org • http://www.eyesite.ca • http://www.oms.org



Cómo elegir la mejor opción

Envío de dólares

Ilustraciones Víctor M. Gutiérrez G.

Proporcionamos aquí **información** para que sea compartida en familia, de ambos lados de la frontera, sobre las diferentes **opciones** de envío-recepción del dinero a fin de que las familias elijan la que más les **convenga**, lo que en la práctica significa que a los hogares mexicanos lleguen **más pesos**. **¿Cuántos?** Podrían sumar miles más al año.

Por Adriana Hernández Uresti

Dicen quienes se dedican al negocio de las remesas que"10 de mayo hace el año". Las cifras del Banco de México (Banxico) sustentan esta afirmación: en los últimos 12 años (1995-2007), mayo ha registrado un aumento promedio superior al 18% (con respecto al mes anterior) en el número de operaciones de envío de dinero a nuestro país, realizadas por los mexicanos que trabajan en el extranjero, sobre todo en Estados Unidos. En contraste, diciembre es uno de los meses con menos transacciones porque en esa época la gente visita a sus familiares y generalmente trae consigo el dinero.

Sin embargo, con independencia de la época del año, importa que al hacer los envíos el dinero reditúe más pesos. Para conseguirlo, son varios los aspectos que se deben considerar.

Antes de hacer el envío...

Es un hecho que el costo total por envío de dinero ha disminuido de forma importante en los últimos 8 años; son dos las razones: reducción de la comisión cobrada (en promedio 30% menos) y mejor tipo de cambio para quien recibe el dinero en México. Normalmente el tipo de cambio al que pagan las empresas es menor al de ventanilla, lo que significa menos pesos. Sin embargo, esta diferencia ha decrecido de 4.4% en junio de 1999 a 0.14% en febrero de 2007.

Al momento de enviar dinero, la comisión y el tipo de cambio son dos de las variables más importantes, aunque no las únicas, a tener en cuenta: también hay que considerar el monto del envío (porque en algunos casos la comisión depende de éste), el tiempo de entrega (el depósito inmediato o en minutos es considerablemente más caro), y la ubicación física del negocio desde el que se envía el dinero y en el que se paga, porque si las personas –de cualquier lado de la frontera– deben viajar a otra comunidad para llegar a donde está el punto de envío o cobro de remesas, el costo final se incrementará.

Las modalidades

Entre las diferentes modalidades para enviar el dinero se encuentran:

Money Order. Es un giro de dinero. El documento se envía por correo al beneficiario.

Cheque personal. Es un instrumento de pago en papel. En México todas las instituciones que

operan con cuenta de cheques los aceptan. Su liberación tarda entre 5 y 10 días.

Transferencia electrónica. Es un depósito en cuenta que se realiza de forma electrónica. Aquí existen cuatro modalidades:

- Transferencia sin cuenta bancaria. Las realizan empresas y bancos en Estados Unidos que cuentan con agentes en México para hacer los pagos. Un ejemplo es Western Union, que paga a través de sucursales bancarias, tiendas de autoservicio y departamentales, entre otros.
- Transferencias utilizando cuentas bancarias de envío. Son cuentas bancarias especiales para enviar dinero; se cobra mediante tarjetas bancarias. Un ejemplo es el US Bank con su tarjeta Secure Money Transfer.
- Transferencia usando cuentas bancarias en ambos lados de la frontera. Se abre una cuenta bancaria en Estados Unidos para depositar en una cuenta de un banco en México. Es de las opciones más económicas.
- Transferencias por internet. Las realizan agencias de transferencias; el cargo se hace a tarjeta de crédito o débito. Las empresas Pay Pal y eBay operan de esta forma.

Directas. Es la entrega a través de personas.

El aprovechamiento de los medios electrónicos a partir de 1990 desplazó a las money orders como el principal medio de envío. En la tabla que se muestra a continuación se observa dicha tendencia. Por otro lado, a principios de 2000, el ingreso de los bancos al mercado de las remesas trajo como consecuencia un incremento en los puntos de envío-recepción en ambos lados de la frontera. La mayor competencia provocó una natural disminución en el costo del servicio.

Qué hacer en caso de problemas

Debido al gran número de empresas de envío de dinero que opera actualmente (muchas de ellas de reciente creación), hay que tener cuidado en la búsqueda de mejores opciones.
Si a pesar de todas las precauciones llega a tener un problema, no dude en buscar ayuda.

En Estados Unidos. Para quejas por el incumplimiento de alguna empresa, puede acceder a la página denominada "Consumer Protection" en http://www.ftc.gov/ftc/consumer.htm. Una vez en esta página de la Federal Trade Comision, haga clic en el vínculo "File a Complaint Online" y en el asunto (Subject of Your Complaint) elija la opción "Electonic Funds Transfer". También puede llamar por teléfono al número 1-877-FTC-HELP.
Profeco también puede ofrecerle ayuda en este caso. Solicite asesoría por correo electrónico a través de enviodedinero@profeco.gob.mx

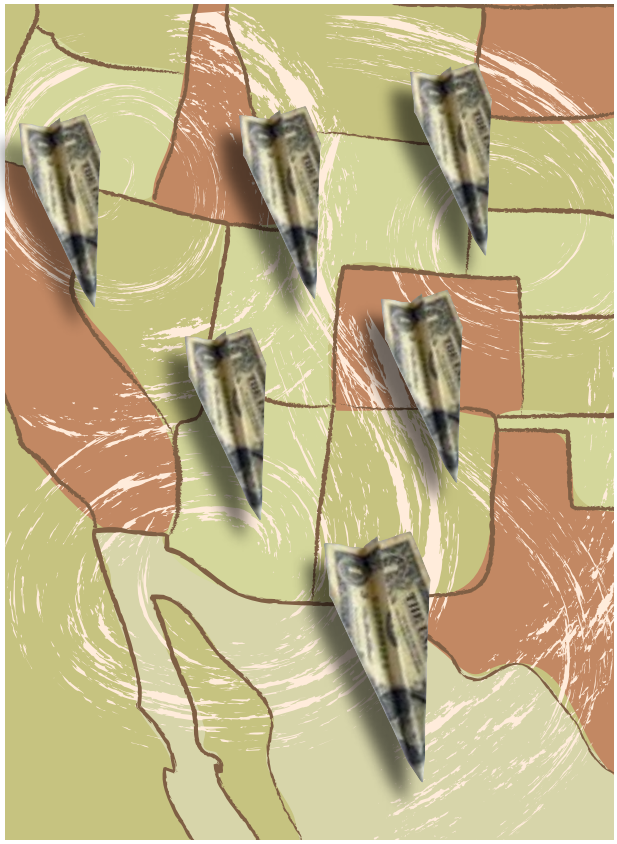
En México. Profeco le puede ayudar y orientar en caso de que la empresa donde cobra su dinero no cumpla con lo prometido en su publicidad. Si tiene alguna queja, comuníquese al 5568-8722 si vive en el Distrito Federal, o al 01-800-468-8722 larga distancia sin costo desde cualquier punto de la República. O envíe un correo a enviodedinero@profeco.gob.mx

Fuente www.profeco.gob.mx

Principales medios de envío en los últimos años. Porcentaje del mercado

Instrumento	1995	1996	1997	1998	1999	2000	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007
	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)	(%)
Money orders	39.7	36	35.5	33.2	24.5	21.8	09	07	12.1	11.3	09.3	05.9	3.6
Cheques	00.7	01.8	01.6	1.1	00.9	00.1	00.1	00.1	0	0	00		0
Transferencias electrónicas	51.5	52.6	54.2	57.8	66.6	70.6	87.5	89.6	85.9	87.3	89.3	92.6	94.7
Directas	08.1	09.6	08.6	07.9	08	07.4	03.4	03.3	01.9	01.4	01.4	01.5	1.7
TOTAL (%)	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100

Fuente Banxico



Recomendaciones para quien recibe el dinero

- Verifique con su familiar los datos del agente dónde cobrará el dinero, así como el monto del envío, de preferencia en pesos.
- Asegúrese de llevar identificación oficial y el número de confirmación del envío.
- Si el dinero depositado lo puede retirar de cajeros automáticos mediante una tarjeta, considere que hay instituciones que le cobran comisiones por el uso de sus cajeros.
- Nadie puede condicionarle la entrega del dinero ni forzarlo a adquirir algún producto o servicio extra.
- Si recibe un mal trato repórtelo a los teléfonos de atención a clientes de la empresa.
- No dude en pedir orientación tanto en Condusef como en Profeco

Recomendaciones para quien envía el dinero

- Realice sus envíos con agentes bien establecidos.
- Investigue y compare el costo del servicio con diferentes agentes.
- No elija a un agente por las promociones que ofrece, pues quizá usted ni siquiera utilice los servicios extra que promocionan.
- Planee sus envío para evitar usar los servicios en minutos, que son más caros.
- Evite pagar comisiones por hacer varios envíos al mes. Es mejor hacer un envío mayor en el mismo periodo y sólo pagar comisión una vez, sobre todo cuando se utilizan las empresas especializadas en remesas.
- Decida junto con su familia si les conviene abrir una cuenta bancaria en Estados Unidos y otra en México para hacer las transferencias. Recuerde que los envíos vía bancos suelen tener un costo total promedio menor que el de las empresas especializadas.
- Déle seguimiento a programas como Directo a México y L@ Red de la gente.
- Contemple los gastos extra que realiza para enviar dinero, como gasolina, estacionamiento o comida.
- Procure que la entrega del dinero se realice en una oficina cercana al domicilio de la familia en México para evitarles que gasten recursos en el transporte.
- Avise con oportunidad a sus familiares sobre los envíos: monto, número de confirmación, así como los requisitos para cobrar el dinero.
- No permita que le condicionen el servicio, o que éste sea malo.

> “Al momento de enviar dinero, la comisión y el tipo de cambio son dos de las variables más importantes a tener en cuenta: también hay que considerar el monto del envío, el tiempo de entrega (el depósito inmediato o en minutos es considerablemente más caro), y la ubicación física de las oficinas de envío del dinero, así como de recepción.”

De acuerdo con Marco Antonio Carrera Santacruz, director de Estudios de mercado de la Comisión Nacional para la Protección y Defensa de los Usuarios de Servicios Financieros (Condusef), otra alternativa que empieza a ser utilizada es el envío de dinero electrónico vía teléfono celular al número de móvil señalado por el cliente. Así, el celular funciona como monedero electrónico. Sin embargo, aún no hay estudios con respecto al funcionamiento de esta nueva modalidad.

Malos hábitos

En entrevistas por separado, Marco Antonio Carrera, director de Estudios de mercado de la Condusef, y Faustino García, director de Análisis de Mercados de Profeco, coinciden en que los malos hábitos, como la falta de planeación y organización en el manejo del dinero (condición no exclusiva de los migrantes), pueden incrementar el costo de las remesas. Y ejemplifican:

- Generalmente es más caro dejar el envío de dinero para el último momento, porque es común que se utilice el servicio de entrega en minutos (como ocurre el 9 de mayo de todos los años), el cual es considerablemente más caro. Es mejor planear los envíos.
- Si una persona envía dinero varias veces al mes, estará pagando igual número de comisiones. Sería mejor que reuniera el dinero y enviara un mayor monto una vez al mes para ahorrarse dicho pago. Por mencionar sólo un ejemplo, el ahorro de un par de comisiones puede sumar alrededor de 30 dólares, es decir, más de 300 pesos.

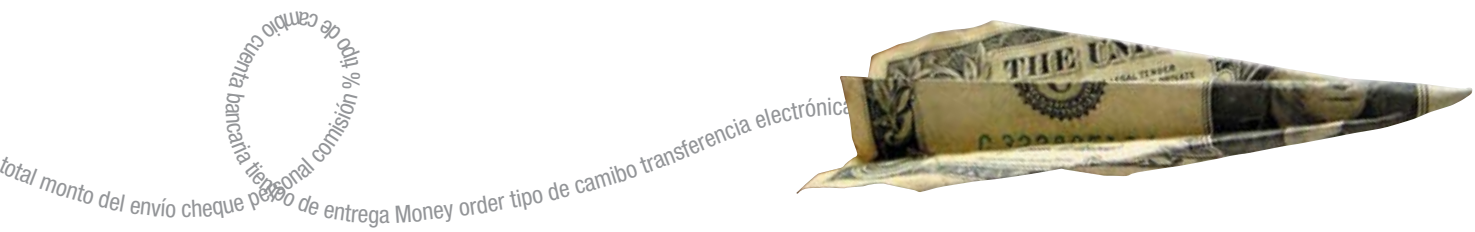
Ambos funcionarios consideran la información como un elemento indispensable al momento de elegir. Las personas, tanto las que trabajan en el extranjero como las que reciben el dinero, deben conocer cuál es las empresa que les ofrece las mejores condiciones de envío, según cada caso.

Las herramientas

Al existir tantas empresas que ofrecen el servicio de envío de remesas, es prácticamente imposible que una persona conozca con precisión el universo de costos de los lugares de envío y recepción como de las diferentes modalidades en el servicio. Por fortuna, en internet los interesados pueden acceder a dos herramientas gratuitas, muy útiles, que sirven para hacer un análisis del mercado con el objetivo de tomar la mejor decisión de acuerdo con las necesidades de cada persona. Una de ellas es el programa Quién es quién en el envío de dinero, de la Procuraduría Federal del Consumidor (Profeco); la otra es la calculadora Remesamex, elaborada por la Comisión Nacional para la Protección y Defensa de los Usuarios de Servicios Financieros (Condusef).

El programa **Quién es quién en el envío de dinero** empezó en diciembre de 1998 con el objetivo de conocer los costos, tipo de cambio que se pagaba, tiempo de entrega y problemas frecuentes en el envío de dinero. Inicialmente, el monitoreo se realizó sólo en Los Angeles y Chicago, ciudades con una importante presencia de inmigrantes mexicanos. En la actualidad el programa abarca nueve ciudades de Estados Unidos (Chicago, Dallas, Houston, Indianápolis, Los Angeles, Miami, Nueva York, Sacramento, San José) y publica información sobre el servicio ofrecido por 24 empresas.

Semana tras semana, Profeco recaba información sobre comisión cobrada, tipo de cambio al que se paga el envío, tiempo de entrega y los puntos de pago en México, entre otros datos. En la tabla de la página 31 se muestra el ejemplo de



un envío de 300 dólares de Chicago a México, de acuerdo con la información registrada al 18 de febrero.

Los datos son proporcionados en su mayor parte por las empresas y por los consulados, que emiten información sobre agentes locales.

Esta información se difunde los martes por la tarde a través de diversos medios:

- La página de Profeco en internet (www.profeco.gob.mx). Además del recuadro de la semana, es posible consultar el histórico desde 1998 e ingresar a las calculadoras de seis empresas que prestan el servicio.
- Carteles colocados en los consulados generales de México en las principales ciudades en los Estados Unidos.
- Teléfono del consumidor: 5568-8722 para quien vive en el área metropolitana de la Ciudad de México, o al 01-800-468-8722, larga distancia sin costo desde cualquier punto del país.

En opinión de Faustino García, director de Análisis de Mercados de Profeco, la información de este programa sirve tanto a los usuarios del servicio, a los académicos que estudian el fenómeno de la migración, a los gobiernos y a quienes se desempeñan como parte de esta industria.

Por otra parte **Resamex**, la calculadora desarrollada por la Condusef, es de gran ayuda para conocer el costo exacto de cada envío, según el lugar de origen en Estados Unidos, el destino en México, el monto a enviar y el tiempo de entrega. La información corresponde a la oferta de ocho agentes. Para ingresar a ésta hay que entrar a la página: http://portalif.condusef.gob.mx:8000/Remesamex/home.jsp.

A grandes rasgos, esta herramienta funciona de la siguiente manera:

1. Localiza a los agentes en Estados Unidos y muestra las opciones más cercanas a la dirección del migrante.
2. Hace una comparación cualitativa (productos, servicios y beneficios por firma) y cuantitativa (monto de comisiones, dinero neto recibido y tipo de cambio).
3. Se encarga de localizar a los agentes en la República Mexicana: muestra la ubicación física de las oficinas más cercanas a la dirección de quien recibirá el dinero.

> “El programa Quién es quién en el envío de dinero empezó en diciembre de 1998 con el objetivo de conocer los costos, tipo de cambio que se pagaba, tiempo de entrega y problemas frecuentes en el envío de dinero. Inicialmente, el monitoreo se realizó sólo en Los Angeles y Chicago, ciudades con una importante presencia de inmigrantes mexicanos.”

Profeco
Procuraduría Federal del Consumidor

Quién es Quién en el envío de dinero

Chicago a México

Ejemplo de un envío de 300 dólares

Datos correspondientes al lunes 10 de marzo de 2008

Al enviar 3000 dólares considere los siguientes elementos:				Usted puede cobrar el dinero en México en los siguientes puntos:				
Empresas:	**Tiempo de entrega:**	**Comisión:**	**pesos recibidos**	**Sucursales bancarias**	**Casas de cambio**	**Tiendas de autoservicio y departamentales**	**Otros puntos de pago**	**Sucursales propias**
DolEx Dollar Express	Minutos	**3.0**	**3,114.0**	HSBC, Bancomer, Banamex, Santander, Banorte, Bansefi, Scotiabank	✓	Famsa	Oficinas Telecomm	
Order Express	Minutos	**8.0**	**3,156.0**	Banco donde tenga cuenta el beneficiario			Bansefi, oficinas Telecomm	✓
US Bank L@Red de la Gente	Mismo día	**8.0**	**3,187.7**			Wal Mart, Bodega Aurrerá, Coppel, Gigante, Soriana, Suburbia, Superama	Bansefi, Caja Popular Mexicana, Construrama (Michoacán), Divisas del Balsas, Grupo Senda, oficinas Telecomm	
CIME / Bancos Participantes 1/	Día siguiente	**3.0**	**3,201.0**	Red de cajeros				
Delgado	Minutos	**12.0**	**3,201.0**		✓			✓
Citibank Global Transfers Cuenta a cuenta	Minutos	**0.0**	**3,223.5**	Sucursales y cajeros Banamex				
Citibank Global Transfers Cuenta a efectivo	Minutos	**0.0**	**3,223.5**	Banamex				
MoneyGram Cambio Plus	Minutos	**10.0**	**3,216.0**	Bancomer, Banorte	✓	Wal Mart, Bodega Aurrerá, Coppel, Gigante, Suburbia, Superama, Calimax	Bansefi, Caja Popular Mexicana, Divisas del Balsas, Grupo Senda, Telecomm	
Merchants and Manufacturers Bank (Directo a México)	1 Día hábil	**3.5**	**3,247.5**	Banco donde tenga cuenta el beneficiario y red de cajeros automáticos				

1/ Iniciativa de la Coalición Internacional de Mexicanos en el Exterior (CIME), en la que participan el 2nd Federal Savings Bank, 1st Bank the Americas y Banco Popular.

Fuente: Profeco, con información proporcionada por las empresas mencionadas

La calculadora sólo muestra a los agentes que prestan el servicio tanto en la comunidad de envío como de recepción. Así, para usar esta herramienta es indispensable conocer la dirección exacta en ambos lados de la frontera. Por lo demás, es fundamental que las personas conozcan y comparen el costo, así como la calidad de los servicios.

Otras opciones

Además de las dos opciones anteriores, existen otros dos programas emprendidos también por el gobierno federal que buscan mejorar las condiciones de envío-recepción de remesas: Directo a México y L@ red de la gente.

El servicio internacional FedACH México o **Directo a México** es producto de un convenio firmado por el Banco de México y la Reserva Federal de Estados Unidos. Opera desde febrero de 2004 y busca ofrecer costos más bajos al reducir la comisión cobrada sin importar el monto del envío, y al tomar como referencia para el tipo de cambio el FIX publicado el día que se deposite el dinero en México (el FIX es el tipo de cambio que determina el Banco de México para solventar obligaciones denominadas en dólares de Estados Unidos pagaderas en México). El dinero es entregado en 24 horas.

Sin embargo, para usar este programa es necesario que quien envía tenga cuenta en alguno de los bancos norteamericanos que participan en el programa, y que la persona que reciba también tenga cuenta bancaria. En el sitio de Profeco (www.profeco.gob.mx), en el apartado del programa Quién es quién en el envío de dinero, está la lista de los bancos participantes.

La persona que envía el dinero debe tener a la mano el nombre del beneficiario en México, el número de tarjeta de débito (16 dígitos) de la cuenta radicada en nuestro país o la CLABE (número de 18 dígitos que regularmente aparece en la parte inferior de los estados de cuenta), así como el nombre del banco. Los familiares aquí en México podrán retirar, vía cajero automático o en el banco, el dinero, todo el monto o en partes.

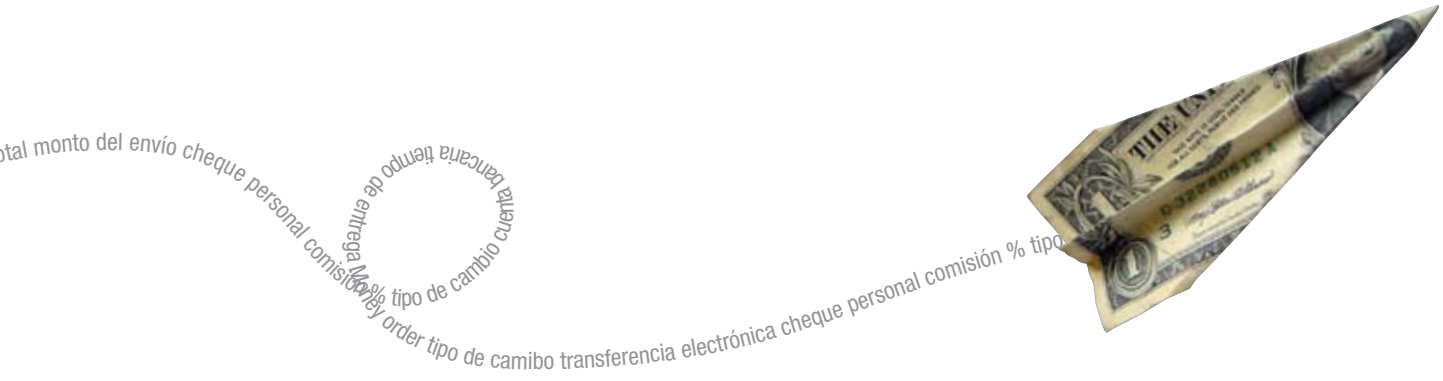
En opinión de Antonio Carrera, de Condusef, este programa aún está en fase de consolidación. El funcionario no considera que el requisito de tener una cuenta bancaria en Estados Unidos y otra aquí en México sea una limitante, al contrario "pueden ser herramientas financieras muy útiles", aunque acepta que quizá muchos mexicanos no tramiten una cuenta en Estados Unidos por diferentes temores, por lo que no pueden aprovechar las ventajas del programa Directo a México.

Por otra parte, **L@ Red de la Gente** es un programa impulsado por el Banco del Ahorro Nacional y Servicios Financieros (Bansefi) y el sector del ahorro y crédito popular (www.lareddelagente.com.mx). Vale la pena recordar que muchas de estas instituciones están en comunidades donde

Lo fundamental

Las principales variables que deben tenerse en cuenta al enviar dinero son:

- Cobro de comisión por envío.
- Monto del envío:
  algunas veces la comisión depende de éste.
- Tipo de cambio.
- Lugar de envío y de cobro.
- Tiempo de entrega.
- Otros servicios.



> “Dicen quienes se dedican al negocio de las remesas que 10 de mayo hace el año. En contraste, diciembre es uno de los meses con menos transacciones porque en esa época la gente visita a sus familiares y generalmente trae consigo el dinero.”

los bancos tienen poca o nula presencia, de ahí la importancia de que incluyan en sus servicio el pago de remesas.

En este programa participan los siguientes intermediarios: MoneyGram, VIGO, US Bank, GIROMEX, OrderExpress, Moneyda,Viamericas, El Camino, Dolex, Enramex, Bank of America y Reymesa. Los familiares en México pueden cobrar el dinero en las cajas de ahorro y crédito populares autorizadas por la Comisión Nacional Bancaria y de Valores (CNBV) y/o en las sucursales de Bansefi. Para ello, es necesario tener una cuenta con esta última institución para poder utilizar el servicio.

Tanto la calculadora de la Condusef como el programa Quién es Quién en el envío de dinero consideran en sus comparativos los siguientes programas.

Más aún, el gobierno del Distrito Federal anunció que en febrero de este año puso en marcha un programa de apoyo a los migrantes capitalinos que residen en Estados Unidos. Entre otros beneficios, el programa contempla la entrega de 5 mil tarjetas para que las personas que envían dinero desde Estados Unidos paguen las comisiones más bajas. Más información llamando a Línea Migrante al 01-800-009-1111 (nacional, gratuito), o al 1800-505-8511 (desde Estados Unidos, también gratuito), o en http://www.sederec.df.gob.mx/eventos/convocatorias/tarjeta_migrante.html

Un asunto nada menor

Durante 2007 el envío de remesas sumó 23 mil 979 millones de dólares, que representaron 2.7% del Producto Interno Bruto. Según el Banco Mundial, México fue el tercer receptor de remesas a nivel mundial, sólo detrás de China. De hecho, la importancia de este flujo de dinero en los hogares mexicanos se triplicó de 1994 a 2005, de acuerdo con datos del Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI), dados a conocer a través de la Encuesta Nacional de Ingreso y Gasto de los Hogares 2005.

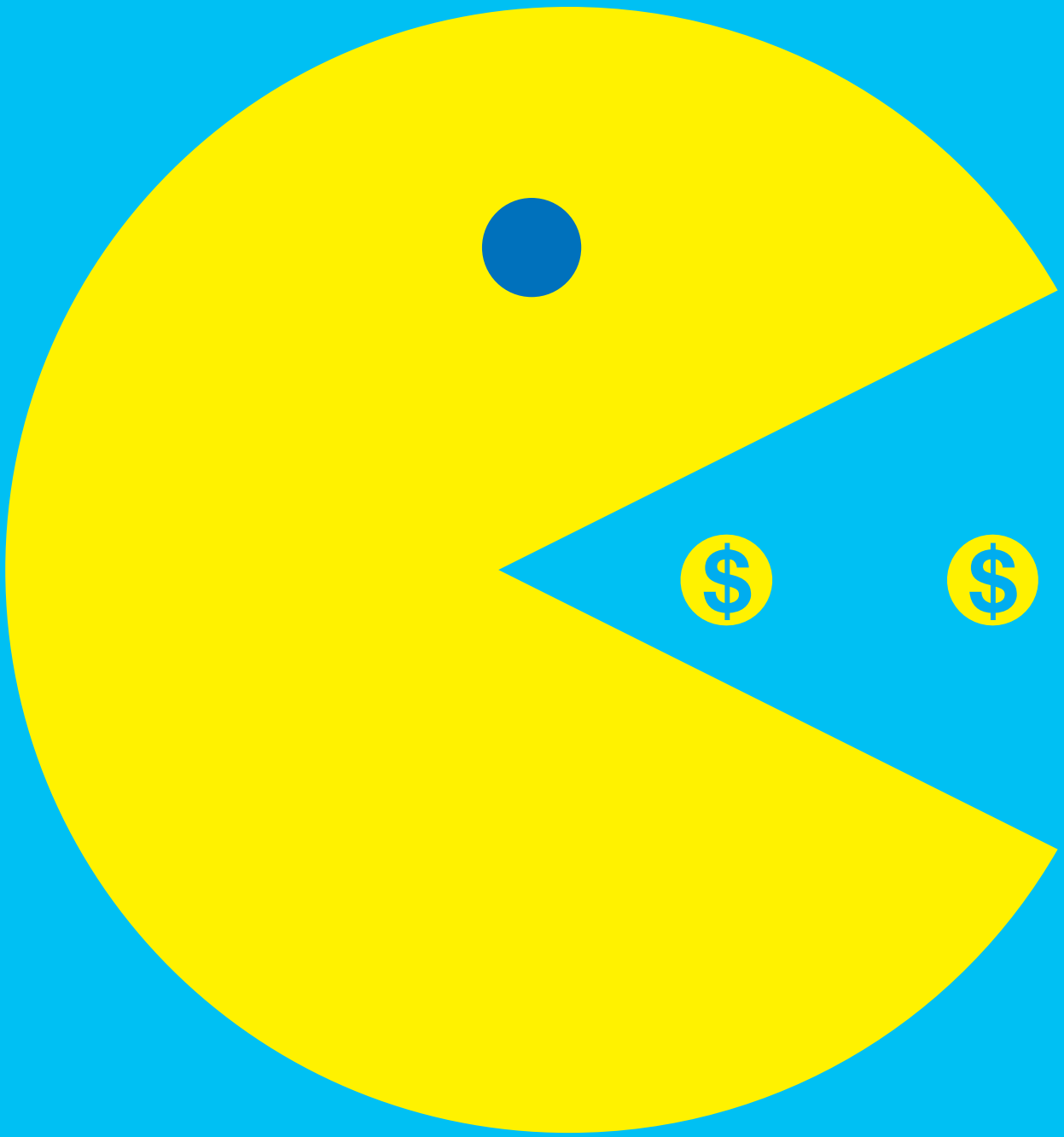
De acuerdo con Banxico, las remesas se utilizan de la siguiente forma:

- Manutención, 86.4%
- Educación, 6.3%
- Mejora de inmuebles, 3.2%
- Otros rubros, 4.1%

Una encuesta del Banco Interamericano de Desarrollo (BID) reveló que 79% de los receptores de remesas en México se siente “muy satisfecho” con el servicio; el restante 21% dijo que estaba “poco satisfecho”. El retraso en la entrega del dinero, incumplimiento en las promesas de alguna campaña publicitaria y cargos extra son las irregularidades que se presentan con mayor frecuencia. Usted puede consultar esta información en www.profeco.gob.mx.

Pese a los millones de operaciones que se realizan al año con las remesas, no existen denuncias formales ante Condusef, y ante Profeco sólo hay dos, una del 2006 y otra de 2007. De acuerdo con funcionarios de ambas dependencias, lo anterior refleja la poca cultura de la denuncia que hay en nuestro país. Si bien ambas dependencias reciben quejas, la Condusef da seguimiento a las irregularidades cometidas al momento del cobro en bancos, y competen a Profeco aquellas registradas en el resto de los lugares de cobro.

Fuentes Entrevistas con Marco Antonio Carrera Santacruz, director de Estudios de mercado de la Condusef • Faustino García, director de Análisis de Mercados, Profeco • *La Jornada*, 23 de octubre de 2007, página 35 • www.profeco.gob.mx • www.banxico.gob.mx • www.condusef.gob.mx • http://www.sederec.df.gob.mx/eventos/convocatorias/tarjeta_migrante.html



Videojuegos

Negocio que no es un juego

Por José Armando Aguilar

¿Los videojuegos son asunto de niños? Para nada. La mayoría de los *gamers* (jugadores) dejaron atrás el acné y los cambios hormonales. La industria de los videojuegos también. Éste es un vistazo al mundo que promete dominar el mercado del entretenimiento: los juegos de video superan ya las ganancias del cine y ahora van por las de la música.

Foto cortesía de Electronic Art ™

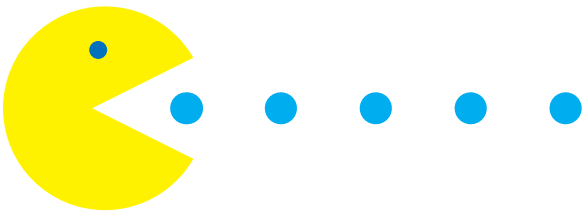
IGO, *nickname* (sobrenombre) que utiliza este *gamer* profesional de 23 años, representa el perfil del videojugador mexicano: adulto joven que creció con las primeras consolas y ha dejado atrás los sueños adolescentes de vivir de su afición, pero que nunca dejará de emocionarse con un buen gráfico o un nuevo lanzamiento de su saga favorita.

El avance de la industria de los videojuegos parece incontenible, y ahora apuesta por una nueva generación de jugadores que nació con el control en la mano.

Press start

¿Qué pensarían el Ronaldinho virtual y Mario, el fontanero bigotón, sobre que sus antecesores fueron una pelota cuadrada y un rectángulo simplón? Hablamos de Pong, que apareció gracias a Atari en 1972. Pues sí, Pong es considerado por muchos como el primer videojuego de la historia, y Atari como la empresa creadora de las *arcade* (lo que conocemos como "maquinitas"). El juego era tan simple como extraordinario para la época: dos barras o rectángulos blancos que se movían verticalmente enfrentados sobre una superficie negra. El desafío era alcanzar con los rectángulos un intento de pelota blanca (más bien era un cuadrito) para rebotarla hacia el lado del contrincante. Esta especie de tenis de mesa cibernético fue el "papá" de todos los videojuegos.

Hoy el nuevo monstruo del entretenimiento está incontenible. ¿Los principales competidores? Nintendo con su Wii, Sony con Play Station 3 y Microsoft con su Xbox 360 se disputan un mercado multimillonario en el que México es el único país de América Latina que tiene presencia oficial de los tres grandes del entretenimiento audiovisual interactivo.



"El avance de la industria de los videojuegos parece incontenible, y ahora apuesta por una nueva generación de jugadores que nació con el control en la mano."

Lara Croft seduce a México

Es un hecho, algo ha cambiado en la forma como se divierten las personas al llegar a casa, lo que ha resultado fundamental para que en el mundo los videojuegos sean la categoría de entretenimiento más pujante en los últimos años. "Hemos realizado estudios muy serios en los que se demuestra que las personas entre 18 y 35 años, al llegar a sus casas, prefieren jugar videojuegos o conectarse a internet (es decir, tener una experiencia de entretenimiento realmente interactivo) que prender la tele en horario estelar", comenta Mario Valle, director de ventas y mercadotecnia en México de Electronic Arts (EA), la empresa de videojuegos más importante del mundo.

A pesar de que comprar una consola en nuestro país resulta en promedio 35% más caro que en Estados Unidos, estas generadoras de universos virtuales cada vez ganan más espacios en los hogares mexicanos. Cálculos conservadores estiman que en México existen dos millones de consolas de nueva generación (Play Station 3, Wii y Xbox 360), es decir, no se cuentan todas las versiones de consolas ya existentes.

Sí, los mexicanos estamos jugando videojuegos, y mucho: "Desde hace cinco años que lanzamos de manera oficial la consola Xbox en México, hemos visto un *boom* en todo esto. Más o menos para que se den una idea: antes de que llegáramos, la industria aquí en México valía menos de 100 millones de dólares, ahora el mercado nacional de videojuegos está cerca de los 600 millones de dólares", ejemplifica Eric Baca, director de mercadotecnia de Xbox, mientras afirma que para Microsoft el mercado mexicano es el quinto más importante a nivel mundial.

Tan importantes son los consumidores mexicanos de videojuegos en América Latina (85% de las ventas de esta área se hacen en nuestro territorio) que EA, en

Los clásicos

Donkey Kong. Este fuerte y veloz gorila es una de las estrellas más solicitadas dentro del mundo virtual animado: ha sido el protagonista de 20 videojuegos, "artista invitado" de varios títulos y ha aparecido en tres capítulos de *Los Simpson*. El primer videojuego de *Donkey Kong* fue desarrollado por Shigeru Miyamoto, papá de *Mario Bros*, y apareció por primera vez en un *arcade* en 1981.

Pac Man. Tal vez todos, hasta los que nunca en su vida han tomado un control de videojuegos, saben qué es *Pac Man*. La historia tras la creación y el nombre de la hambrienta bola amarilla es muy conocida: el nombre de este videojuego proviene de la onomatopeya japonesa "paku", la cual representa el sonido que se hace al abrir y cerrar la boca. Cuando el videojuego se presentó en Estados Unidos, en 1979, el nombre cambió de Puck Man a Pac Man, para evitar que la malicia popular cambiara la "P" por la "F". En cuanto a cómo surgió una de las más grandes ideas en la historia del entretenimiento electrónico, basta decir que un día Toru Iwantani, diseñador del juego, se sentó a comer pizza y tras tomar la primera rebanada, apareció ante él uno de los personajes más universales.

Tetris. De la Unión Soviética para el mundo. Alexey Pazhitnov creó este adictivo juego en 1985 y, según cuenta la leyenda, lo hizo en una sola tarde. Cuando Atari y Nintendo lucharon por quedarse con los derechos, el ganón fue este último y lo lanzó junto con su Game Boy, la consola portátil más vendida de todos los tiempos.

Mario Bros. Se trata del personaje de videojuegos más famoso del mundo. Este italiano bigotón y su pegajosa música son los culpables de que toda una generación haya tomado el "control" de sus horas de ocio. El fontanero italiano nació (el papá de Mario se llama Shigeru Miyamoto) en 1981 dentro de *Donkey Kong* ,con el nombre de *Jumpman.* Hasta la fecha, *Mario Bros* es la saga de videojuegos con mayores ventas de la historia.

Mortal Kombat. Peleas, acción y mucha, pero mucha sangre. Este videojuego se hizo famoso entre los *gamers* por las brutales formas en que se podían rematar a los rivales vencidos. *Mortal Kombat* apareció en 1992.

Duck hunt. El jugador sólo tiene tres disparos para derribar a los 10 patos que aparecen, uno a uno, en pantalla. Si la puntería falla o se tarda mucho en disparar, el pato se escapa y su compañero de cacería, un perro café y burlón, no dudará en reírse del inexperto cazador. Este videojuego apareció en 1985.

Street Fighter. Un auténtico parteaguas en la historia de los videojuegos, al menos en México. La compañía japonesa Capcom lo creó en 1987, pero fue hasta 1991, con *Street Fighter II*, que la saga alcanzó la fama. Su éxito se debió en buena medida a que fue uno de los primeros videojuegos de peleas en ofrecer la posibilidad de dar golpes especiales combinando botones y movimientos de palanca. Con los personajes de esta saga se han hecho películas y caricaturas.

> Se estima que durante el 2007 el valor mundial del mercado de los videojuegos estuvo muy cerca de los 48 mil millones de dólares.”

palabras de Mario Valle, nos considera “no la punta de lanza, sino la punta del iceberg que despertará al monstruo que hay allá abajo. El día que Brasil, que es la otra potencia, se decida y arregle unos problemas de aduanas, esto será una bomba”.

Al parecer, sólo es cuestión de tiempo para que Lara Croft (Tomb Raider), Harry Potter, David Beckham y uno que otro elfo se apoderen del mundo del entretenimiento en México y de todo el globo. Y como muestra, dos datos:

- Se estima que durante el 2007 el valor mundial del mercado de los videojuegos estuvo muy cerca de los 48 mil millones de dólares.
- Para el 2010 se espera que el mercado nacional valga mil millones de dólares.

La industria del juego electrónico pelea por obtener el respeto que se le ha negado por años.

Soy un *gamer*

La última vez que Rodrigo García, IGO, le platicó a sus padres que había ganado un torneo de videojuegos en línea, recibió la mismo respuesta de siempre: “¿Y la escuela? Te mandamos a la Ciudad de México a terminar la carrera, no a jugar”.

IGO tiene 23 años, es de Cancún, Quintana Roo, y llegó al Distrito Federal para estudiar ingeniería en computación en el Tec de Monterrey. IGO forma parte de una gran comunidad de entre 12 y 15 millones de videojugadores mexicanos, entre ocasionales y apasionados. Y contrario a lo que podría pensarse, no se trata de niños ni adolescentes: la mayoría son adultos (entre 18 y 35 años), hombres (sólo 15% son mujeres –a nivel mundial este porcentaje se eleva a 40%) y con ingresos considerables (clase media y alta).

Por ejemplo, IGO dice gastar tres mil pesos mensuales en compra de títulos y accesorios. Pero, bueno, es un profesional. Entre sus juegos favoritos se encuentran *Madden* (futbol americano) y *Gears of Wars* (video-juego táctico de acción/horror), en los que se volvió un experto. De hecho, es el subcampeón nacional por equipos de *Gears of Wars*. Pero no cualquiera puede llegar a ser un *progamer* (jugador profesional de videojuegos) y vivir en buena medida de ello.

Tal vez el caso más relevante en México es El Divino Xmas (*nickname* de Israel Navidad, quien radica en Guadalajara), bicampeón nacional (2006-2007) y medalla de plata en los World Cyber Games 2006 (las olimpiadas de los videojuegos) que se realizaron en Monza, Italia. Su especialidad es *Dead or Alive 4*, última entrega de una saga de peleas presentada en 1996.

Como para que muchos profesionistas mueran de envidia: a este *programer* de 26 años –22 años con el control en la mano– le pagan muy bien y en dólares. “Actualmente estoy contratado en la primera liga profesional de videojuegos del mundo, se llama The CGS (Championship Gaming Series). Tengo un sueldo de 30 mil dólares al año y aparte bonos extra por resultados”. Así es que ni siquiera lo dude, esta pasión no es un juego. Al menos no para ellos. Es más, el ser un *progamer* demanda tanto esfuerzo y tiempo como cualquier profesión.

R1R LAVU (en realidad, Luis Alberto Vázquez, otro jugador profesional), quien también es campeón nacional 2007 pero en *Project Gotham Racing* (carreras de autos de autos “reales” fabricados por empresas como Ferrari,

Shootings

- Antes de *Pong* existieron otros pioneros de los videojuegos, hoy desconocidos porque no se decidieron a patentar sus inventos. Se trata de William Higginsbotham con su *Tennis for Two* (1958) y Steve Rusell con *Space War* (1962).
- El éxito rotundo de Pong le permitió a la empresa Atari crear su primera consola doméstica en 1975, y ser vendida un año después en 32 millones de dólares.
- En la década de los 80, los videojuegos tuvieron su primera época dorada con el arribo de NES (Nintendo Entertainment System) y SMS (Sega Master System). Era la etapa de lo que hoy son auténticos videojuegos de culto: *Pac Man*, *Donkey Kong* y *Super Mario Bros*.
- Game Boy es la consola más vendida de todos los tiempos con 120 millones de unidades. Pero se acabó. Nintendo América anunció el año pasado que el nombre de Game Boy no será utilizado nunca más.
- Nintendo existe desde 1899. En un principio, la empresa se dedicaba a fabricar unas cartas japonesas llamadas Hanafuda.
- Entre el 85% y 90% del mercado está controlado por las consolas, el resto se lo llevan las PCs.
- El 39% de los jugadores a nivel mundial son mujeres.

Fuente Oelli • Revista *Esquire*, Número 4, Enero 2008

Los más buscados

De acuerdo con Electronics Arts (EA), la empresa productora de videojuegos más importante del mundo, éstos son los títulos más vendidos:

1. *FIFA* (Futbol Soccer)
2. *Need for Speed pro Street* (Carreras de autos)
3. *Harry Potter, Order of The Phoenix* (Basado en el libro de J.K. Rowling)
4. *The Simpsons Game* (La versión videojuego de la famosa familia amarilla)
5. *Orange Box* (paquete que contiene 5 juegos, principalmente de *shooting*)

Foto cortesía de Electronic Art ™

Dodge y Lamborghini), asegura jugar "cuatro horas al día y cuando entreno para una competencia llegó a jugar hasta ocho horas". Aunque los hay que invierten tiempos casi irreales en busca de mejorar sus estrategias. Al respecto, apunta IGO: "Los que quieran estar al día, deben pasar mínimo seis horas entrenando. Pero hay chavos cien por ciento dedicados a esto que se avientan 14 horas diarias". Es decir, casi un tercio de sus vidas en el mundo virtual del que salen sólo porque la realidad tiene demandas que una consola, por más moderna que sea, no puede cubrir. Éste no es el caso de IGO: aunque los videojuegos son una pieza fundamental en su vida, no es un joven que sueñe con ellos... porque sería una pérdida de tiempo: "los mejores *gamers* en internet los encuentras en la madrugada".

Muchas veces, lo que pudiera pensarse sobre estos jóvenes es que son seres sin vida social, unos auténticos *nerds* o *geeks* (adictos extremos a la tecnología). En realidad no es así: "En muchos países es *cool* ser un *gamer* y no tardará mucho para que se considere así en México", asegura IGO, quien desea "llegar a los cuarenta años y seguir jugando videojuegos. Al menos eso pienso por ahora".

Pacman se come a Hollywood

Tal vez pasar ocho horas frente a una pantalla y terminar con los dedos atrofiados no sea una gran hazaña para muchos. Pero reunir en un fin de semana a más de 70 empresas internacionales, 300 medios de comunicación y más de 27 mil consumidores ávidos de novedades, sí que tiene mérito. Se trata del Electronic Game Show, el evento de videojuegos más importante de América Latina, que se realiza cada mes de octubre en la Ciudad de México. "Hay lanzamientos de videojuegos, venta de productos de las mejores empresas en el tema, torneos y muchas sorpresas para los visitantes. Lo hemos hecho por seis años consecutivos y ya lo catalogan como uno de los mejores eventos a nivel mundial", asegura Christian Gutiérrez, director de mercadotecnia de Oelli, empresa organizadora del evento.

Lo anterior es sólo una muestra del poder de convocatoria de una industria que desde el 2002 crece a ritmos anuales superiores al 50%. Así, los videojuegos y toda su maquinaria han madurado a tal grado que son hoy un mercado vigoroso que ha cimbrado a Hollywood: los videojuegos producen más dinero que toda la taquilla mundial cinematográfica, y se espera que en pocos años también superen a la industria de la música.

Pase a la 43 ▶

Mario Bros vs. los piratas

La industria de los videojuegos es una de las más afectadas por la piratería en el mundo. De acuerdo con la Entertainment Software Association (asociación estadounidense que lucha por disminuir la piratería mundial de software), se estima que durante el 2006, el 85% del software de videojuegos que se vendió en México era pirata.

La dimensión económica del problema es tremenda si consideramos que el restante 15% representa un mercado de 600 millones de dólares. Pero, más aún, en opinión de Mario Valle de EA, debemos preocuparnos por las consecuencias sociales de nuestros malos hábitos de compra: "El consumidor de piratería no está consciente de que esos 50 pesos que paga por un videojuego están destinados a financiar, en un porcentaje, un secuestro, un asesinato, una extorsión o cualquier otra actividad del crimen organizado".

> "El consumidor de piratería no está consciente de que esos 50 pesos que paga por un videojuego están destinados a financiar, en algún porcentaje, un asesinato, un secuestro, una extorsión o cualquier otra actividad del crimen organizado."

Siguen causando furor

Halo. La tierra se encuentra bajo el control del Covenant, el balance de la galaxia se está perdiendo y el MasterChief es el único que puede salvar a la humanidad. *Halo,* uno de los éxitos más grandes de Microsoft y de toda la industria, salió a la venta en 2001, junto con el Xbox. *Halo 2* fue lanzado simultáneamente en 27 países y recaudó en su primer día de ventas 100 millones de dólares (por 2.4 millones de copias). La más reciente entrega de la saga, *Halo 3*, se presentó en septiembre del año pasado.

Dance Dance Revolution. Ejercicio puro. Este videojuego, una coproducción de Nintendo y Konami de 1998, es un simulador de baile. Se trata de escoger una canción, la música empieza y es momento de mover rápido los pies para reproducir los símbolos que aparecen en pantalla sobre una plataforma de baile.

Guitar Hero. Creado por Harmonix Music System, es un

Foto cortesía de Electronic Art ™

videojuego diferente: con una guitarra provista de botones para interactuar con la pantalla, el jugador puede interpretar a su más puro estilo canciones de grupos como The Doors, David Bowie, Incubus, Queen, Ramones y Pantera, entre muchos otros.

Madden NFL. Es una de las sagas deportivas más exitosas de todos los tiempos. La primera versión de este videojuego apareció en 1989, con el nombre de John Madden Football, en honor a un legendario ex entrenador en jefe de los Riders. Se calcula que en el transcurso de su historia, *Madden* ha vendido más de 56 millones de copias. Pese al éxito de este videojuego, una terrible maldición recae sobre él: cada jugador que aceptó aparecer en la cubierta del empaque desde 1999 (año en el que dejó de aparecer John Madden en la carátula) ha enfrentado una serie de problemas y lesiones que han puesto en riesgo su carrera.

Gears of War. GOW es un juego de acción táctica mezclada con survival horror que se desarrolla en el planeta Sera. Durante una escasez de fuentes de energía, se descubre una sustancia fluorescente llamada Imulsion, justo lo que se necesitaba: energía barata. La lucha entre las naciones por apoderarse de la Imulsion resulta en la Guerra del Péndulo. Gears of Wars, desarrollado por Epic Games, fue presentado en noviembre de 2006.

FIFA. Ésta es la saga de futbol soccer más popular del mundo. Con licencia de la Federación Internacional de Futbol Asociación (FIFA), todo lo que se ve y escucha en este videojuego es real: nombres de los jugadores (Guillermo Ochoa, el portero de la selección nacional, aparece junto a Ronaldinho en la portada de *FIFA 08*), equipos, uniformes, estadios y las voces de comentaristas. El primer *FIFA* apareció en 1994.

Foto cortesía de Electronic Art ™

Recomendaciones

Durante muchos años se ha discutido si los videojuegos causan adición y fomentan la violencia, o si en realidad son una herramienta para desarrollar agilidad mental, además de representar una puerta de entrada para dominar el mundo de la tecnología, omnipresente en la vida actual. Estudios en pro y en contra aparecen con cierta frecuencia en los medios, sin llegar a conclusiones determinantes.

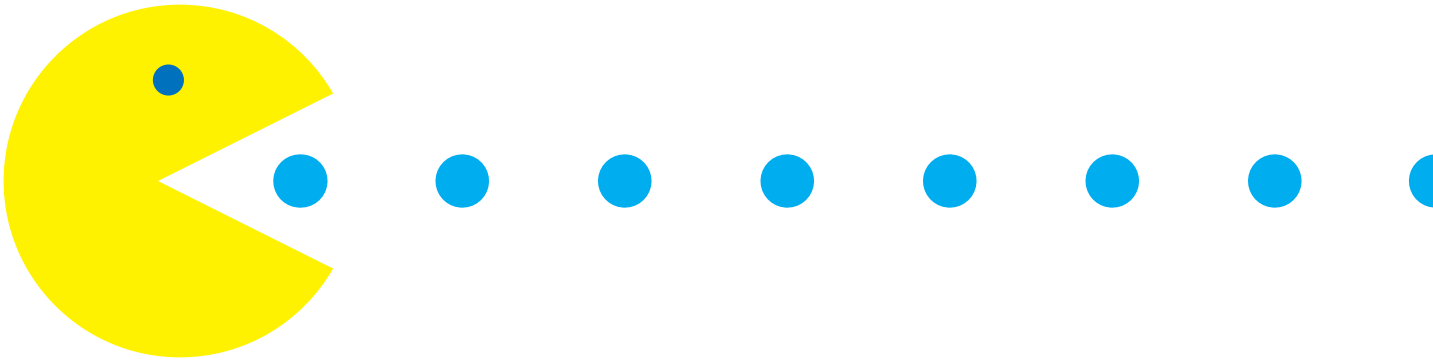
Así que mientras los que saben se ponen de acuerdo, es nuestra misión procurar que la afición por los videojuegos no trastoque el desarrollo de los pequeños. Éstas son algunas sugerencias del doctor Luis Armando Oblitas, reconocido especialista en salud mental:

"Es necesario que los padres limiten el tiempo que los niños dedican al videojuego, reemplazándolo por actividades más propias para el desarrollo infantil, como la convivencia familiar y con amigos de la misma edad, actividades estéticas, deportivas, musicales y culturales. Es determinante poner límites, de tiempo, disciplina y acceso al videojuego. Además de anteponer siempre las tareas escolares, así como algunas actividades de orden y limpieza; y evitar el aislamiento social a través de otro tipo de juegos o disciplinas, como la pelota, la bicicleta, natación, artes marciales, etcétera".

Pero tal vez la mejor forma de prevenir que lleguen juegos inadecuados para sus hijos es poner atención a lo que están jugando. En los empaques de los juegos de video existen recuadros en blanco y negro que indican el público al que están dirigidos:

eC Early Childhood (niños pequeños). Para niños de tres años en adelante.
T Teen (adolescentes). 13 años o más.
M Mature (mayores de edad). Si es mayor de 17.
E Everyone (para toda la familia). De 10 años en adelante.
Ao Adults Only (sólo adultos). De 18 años en adelante.

> "Es necesario que los padres limiten el tiempo que los niños dedican al videojuego, reemplazándolo por actividades más propias para el desarrollo infantil."



Viene de la 39▶

Mario Valle de EA explica: "Hace más de cinco años que los videojuegos producen más dinero que la taquilla del cine. Y aunque también hace años que la inversión económica alrededor de un videojuego se compara con la de una película, la vida en contacto con el consumidor de uno de nuestros productos es más larga, lo cual hace que sea mucho más redituable por más tiempo".

El nueve de noviembre de 2004, día de lanzamiento de *Halo 2* (uno de los juegos de *shooting* más populares), se vendieron 125 millones de dólares en el mundo, cifra superior a las ganancias en taquilla en un fin de semana (tres días) de películas como *Spiderman 2*, *Shrek 2* y *Harry Potter*. Pero *Halo* tenía aún más héroes que derrotar. De acuerdo con Christian Gutiérrez de Oelli, "En septiembre del año pasado *Halo 3* recaudó en cinco días 330 millones de dólares, mientras que *Los cuatro fantásticos*, una de las películas más taquilleras, obtuvo 57 millones en toda su semana de lanzamiento".

Y por si quedaba alguna duda: Oelli afirma que Mario Bros ha producido más dinero que la marca *Star Wars* a lo largo de su historia. Nada mal para un gordito bigotón con overol.

La publicidad quiere jugar

Pero si de ventas y éxito hay que hablar, deben mencionarse por fuerza los nombres de los jugadores Ronaldinho, Beckham y compañía: *FIFA 08* es el videojuego más popular del momento. "Si juntamos las unidades de FIFA que se han vendido en México y Estados Unidos, tenemos a la región que más vende este título en todo el mundo", afirma Mario Valle. Tal es el éxito de las sagas deportivas desarrolladas por Electronic Arts –incluidas *FIFA* y *Madden*–, que el año pasado la revista *Forbes* colocó a AE Sports como la cuarta empresa deportiva más valiosa del mundo, sólo detrás de Nike, ESPN y Adidas.

Este imparable desarrollo de la industria de los videojuegos, no podía pasar desapercibido por el segmento más alerta cuando de llegar a millones de personas se trata: "al ser la del videojuego una industria que está en pleno crecimiento con una gran cantidad de usuarios, resulta muy atractivo para algunas marcas empezar a involucrarse y empezar a hacer algo de publicidad", asegura Eric Baca.

Un ejemplo: las vallas publicitarias que delimitan los campos de futbol en el videojuego *FIFA*, son vistas por más consumidores potenciales que en una temporada completa transmitida por televisión. Y es que para Mario Valle los impactos publicitarios en los videojuegos "tienen más retorno de inversión que en un comercial de televisión, por la sencilla razón de que un juego se disfruta infinidad de veces alrededor del mundo, no es el clásico *spot* aburridísimo de 30 segundos, que además costó millones de pesos hacer". Y remata con la afirmación de que "al jugador de videojuegos le gusta estar expuesto, de manera mesurada pero también muy activa, a ofertas publicitarias porque lo hacemos de una manera muy fina, respetuosa, pero impactante".

Algunas marcas no pudieron esperar más y ya comienzan a realizar experimentos para llegar a los consumidores. El año pasado en Estados Unidos, Burguer King vendía (muy baratos), en la compra de alguno de sus paquetes, videojuegos en los que el consumidor interactuaba con su personaje principal, es decir, con la marca. Otro caso es el de Toyota, empresa que desarrolló un juego en el que se podían descargar algunos de sus autos, jugar con ellos, pero sobre todo conocerlos. Eric Baca considera que "los consumidores ven esto muy atractivo, como un valor agregado. Para las marcas es la manera de acercarse a los posibles compradores y para el consumidor de conocer la marca".

Los próximos retos de la industria de los videojuegos no sólo incluyen más publicidad en sus títulos, el siguiente gran paso bien podría asegurarle el poder del mercado mundial de entretenimiento. Se espera que en el futuro las manos no serán la única vía de control para los videojuegos: también se involucrarán los sentimientos, es decir, el videojuego será capaz de detectar nuestras emociones e interactuar con ellas.

Fuentes Entrevistas con Mario Valle, director de ventas y mercadotecnia de Electronic Arts en México • Eric Baca, director de mercadotecnia de Xbox, Microsoft, México • Christian Gutiérrez, director de mercadotecnia de Oelli, empresa enfocada a desarrollar e impulsar en México las industrias relacionadas con la tecnología, el entretenimiento y la electrónica.

Cafeteras eléctricas

Foto Corbis

La opción para disfrutar de un buen café consiste en seleccionar un grano de calidad y contar con una cafetera que tenga el mejor desempeño para prepararlo. Ya sea que desee preparar un café americano, un exprés o un capuchino, en este estudio encontrará información útil para seleccionar la cafetera que satisfaga sus necesidades, así como recomendaciones para preparar un café de excelente calidad.

El café, bebida cuyo aroma y sabor exaltan nuestros sentidos, ocupa un lugar importante en nuestra sociedad; no sólo como un elemento para acompañar nuestros alimentos o la charla, sino también como parte esencial de la economía de distintas zonas cafetaleras de nuestro país, las cuales son reconocidas mundialmente por su gran calidad.

Aunque en México se consume principalmente café soluble, cada vez son más las personas que aprecian el café fresco recién molido y correctamente preparado, el cual otorga sensaciones más placenteras a los sentidos. Aunado a este crecimiento en la demanda del café de grano, el mercado nacional ofrece una gran variedad de marcas y modelos de cafeteras para prepararlo. Por ello el Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor analizó la calidad de estos aparatos, con el fin de ofrecerle información sobre el desempeño de los mismos.

El estudio

Comprendió un total de 43 modelos de cafeteras eléctricas pertenecientes a 14 marcas, todas para uso doméstico y de oficina, de las cuales 32 preparan café tipo americano por goteo y cuatro por percolación, y siete modelos preparan café exprés y capuchino (café exprés con leche espumada). Todas las cafeteras se comercializan en el mercado nacional.

A continuación se detallan las pruebas a las que fueron sometidas las cafeteras eléctricas:

Información al consumidor. Se verificó que la etiqueta contenga información como tipo de producto, marca, modelo y características de alimentación

Ficha técnica

Realización del estudio:
13 de noviembre de 2007 a 12 de febrero de 2008

Periodo del muestreo:
28 de noviembre de 2007 a 21 de enero de 2008

Marcas / modelos analizados:
14 / 43

Total de pruebas / ensayos:
258 / 9159

Normatividad

Para la elaboración del presente estudio de calidad se consideraron las siguientes normas:

NOM-024-SCFI-1998.
Información comercial para empaques, instructivos y garantías, de los productos electrónicos, eléctricos y electrodomésticos.

NOM-008-SCFI-2002.
Sistema General de Unidades de Medida.

CEI IEC 60661. Edition 2.2.
Methods for measuring the performance of electric household coffee makers.

NMX-J-521/1-ANCE-2005.
Aparatos electrodomésticos y similares. Seguridad. Parte 1. Requisitos generales.

NMX-J-521/2-15-ANCE-2006.
Aparatos electrodomésticos y similares. Seguridad. Parte 2-15. Requisitos particulares para los aparatos para calentar líquidos.

> Compre únicamente el café que va a consumir a lo mucho en un mes, así siempre lo tendrá fresco.”

Manejo y conservación del grano

- Compre únicamente el café que va a consumir a lo mucho en un mes, así siempre lo tendrá fresco.
- Pida un molido adecuado de acuerdo con su cafetera, y si es posible muélalo en casa –algunas marcas de electrodomésticos venden molinos para uso en el hogar. Para cafeteras por goteo el molido es medio; sin embargo, si el filtro de su cafetera se tapa y el grano molido se desborda hacia la jarra, entonces seleccione un molido ligeramente más grueso. Para café exprés debe seleccionarse el molido más fino posible, mientras que para las percoladoras el molido debe ser más grueso.
- Si compra el grano ya envasado en bolsa metalizada con cierre hermético, ésta puede servir adecuadamente para conservarlo. Si no es el caso, busque una bolsa obscura y ciérrela lo mejor posible.
- Emplee la cantidad que necesite y cierre la bolsa inmediatamente.
- Nunca reutilice el café que ya ha sido extraído de la bolsa donde lo guarda.
- Guardar el café en el refrigerador no es recomendable pues añade humedad y olores al café.
- Guárdelo en un lugar fresco, seco y oscuro, lejos de otros alimentos que le añadan sabor y olor.

eléctrica. El producto también debe incluir garantía en español que indique sus alcances y restricciones, y un instructivo de uso que debe informar sobre el modo apropiado de operación, así como los cuidados y precauciones necesarias. Dado que todos los modelos analizados cumplieron lo requerido, esta prueba no se reporta.

Seguridad. Con la finalidad de analizar el grado de seguridad que brinda cada cafetera se determinó el incremento de temperatura máximo que sufren sus partes bajo condiciones críticas de operación. Todos los modelos cumplen con la normatividad.

Desempeño. Se realizaron un conjunto de pruebas descritas a continuación, las cuales se complementan entre sí y responden a preguntas como: ¿Con qué calidad elabora el café? ¿Cuánta energía eléctrica requiere para hacerlo? ¿Con qué temperatura lo prepara y lo mantiene?, etcétera.

- **Consumo de energía por taza.** Se midió la cantidad de energía eléctrica que consume la cafetera para elaborar una taza de café equivalente a 150 ml –para café americano– y 35 ml para café exprés, en los modelos donde esto es aplicable.
- **Temperatura de elaboración del café.** Esta prueba es crucial. Determina la temperatura a la que el agua se filtra entre el grano de café molido, que no debe ser menor a 88°C ni mayor a 96°C, para que el resultado sea óptimo. El tiempo de preparación también afecta el resultado final, este último parámetro se evalúa indirectamente en la prueba de catación.
- **Temperatura de mantenimiento del café.** Sólo es aplicable a las cafeteras con sistema de goteo y percoladoras; consistió en medir la temperatura del café durante los primeros 30 minutos después de haber preparado una jarra de café. Lo deseable es que la temperatura se conserve alta y constante.
- **Catación del café.** Con el apoyo de jueces y baristas de la Asociación Mexicana de Cafés y Cafeterías de Especialidad A.C., se realizó la catación del café preparado por cada uno de los modelos analizados. La finalidad de esta prueba consistió en establecer las características –aroma, sabor, cuerpo, etc.– del café preparado en cada muestra. Para ello se empleó un solo tipo de grano de café nacional de altura con tueste medio y molido en el momento de su preparación. También se utilizó la misma cantidad de grano y agua en cada cafetera. Si usted no es un conocedor de las características del café, la calificación que le ofrecemos es una buena referencia de la mejor calidad de café que logrará elaborar con cada modelo; en cambio, si ya cuenta con más experiencia y conocimientos sobre el café, le ofrecemos además la descripción de las características del café catado (vea el recuadro “Terminología de catación”).
- **Espumado de la leche.** Sólo aplica a las cafeteras para café exprés que por su diseño permiten espumar leche para elaborar café capuchino. La prueba consistió en evaluar la calidad de la espuma generada en la leche. En el resultado de la prueba se indica la calificación y características de la espuma lograda.

Atributos. En la tabla correspondiente se indican las principales características y funciones con que cuentan cada uno de los modelos analizados.

Foto Corbis

Terminología de catación

La siguiente guía le ayudará para describir el sabor de un café o, mejor aún, para interpretar las características de un grano de café que desea probar.

Acidez. Es la sensación fresca perceptible en las regiones laterales de la lengua, la cual le da vida al café y no tiene nada que ver con la acidez que sentimos en nuestro estómago al ingerir ciertos alimentos o un mal café. La acidez cambia según la variedad de café, su origen y altitud. Los términos que la describen pueden ser: alta, media, baja o carente de la misma, usando calificativos como "brillante", "viva", "intensa", etcétera.

Aroma. Es la fragancia que libera el grano en la bebida. Le permite conocer el grado de frescura y personalidad –sobresaliente, intenso, ligero, delicado, moderado, falto, aromático, etc.– del mismo.

Cuerpo. Es la impresión táctil de pesadez y espesor del café en la boca; éste se expresa como completo, fuerte o pesado, bueno, regular, medio y ligero. O bien, puede ser sedoso, aceitoso, chicloso, etcétera. Cuando a un café se le agrega crema, la sensación en el paladar es de un café con más cuerpo.

Sabor. Aunque no es posible definir con exactitud el sabor, podemos considerar que es la sensación combinada de acidez, aroma y cuerpo. Las clasificaciones son completo, pronunciado, medio, débil, ordinario e impuro. Sabores específicos pueden sugerir especias, chocolates, nueces, cítricos, florales, herbales, a tierra, madera, etcétera.

Balance. Se refiere al grado de equilibrio que existe entre todos los parámetros anteriores, por ejemplo, un café excesivamente ácido, con poco cuerpo y aroma, no tiene un buen balance.

Resabio. Es la sensación última perceptible en el paladar después de que se ha bebido el café. La sensación de sabor que permanece una vez que el aroma se ha disfrutado y puede traernos recuerdos de maderas, tabaco, nueces tostadas, chocolates, flores, etc. Cada café, dependiendo de su región de cultivo y tueste, puede presentar un perfil específico de sabor.

Crema. Solo se logra en el café exprés y consiste en una espuma muy fina y sedosa, de sabor cremoso y color rojizo. Los mejores cafés exprés presentan una crema abundante, rojiza y persistente.

Para aprender a degustar distintos cafés

- Tenga paciencia y experimente con distintas variedades de café, ya que el proceso de educar nuestros sentidos: vista, olfato y gusto, lleva tiempo. Lo mejor es que este aprendizaje sea placentero, pues le permitirá descubrir diferencias entre las distintas variedades de cafés y preparaciones. Con el tiempo podrá detectar las diferencias de aroma, cuerpo, sabor, color, entre otros. Le recomendamos visitar las páginas electrónicas www.amcce.org.mx y www.scaa.org para conocer más sobre el tema.

- Es importante que la degustación la realice en lugares tranquilos, donde el estrés inducido por el ruido, los aromas fuertes como el humo e interferencias visuales no afecten su concentración.

- Una buena sugerencia es probar cafés de las distintas regiones cafetaleras en México. Los granos de café de la región de Atoyac, por ejemplo, tienen un sabor descrito como meloso tendiente a agrio; el pluma hidalgo tiene sabor achocolatado, mientras que el de Coatepec presenta notoria acidez (ver terminología del café), buen cuerpo y aroma exquisito.

- Si desea apreciar el verdadero sabor del café, no le ponga azúcar.

Recomendaciones de compra

Antes de adquirir su cafetera, tenga en cuenta lo siguiente:

- Considere las diferencias de atributos que cada modelo ofrece y seleccione aquella que más se ajuste a sus necesidades y presupuesto. Para ayudarle en esta tarea, compare atributos tales como selector de café –regular o fuerte–, filtro permanente, programador digital de apagado/encendido, etc., que le ofrecemos en la tabla correspondiente.
- Tenga en cuenta el número de tazas de café que planea preparar comúnmente para seleccionar aquel modelo que se ajuste mejor a sus necesidades.
- Si requiere preparar grandes cantidades de café de manera continua, como lo haría en un negocio, mejor adquiera modelos de cafeteras para uso comercial. Los modelos analizados no le darán este tipo de servicio.
- Adquiera su cafetera en el comercio establecido y no en el mercado informal, ya que además de no contar con garantía efectiva, es posible que la cafetera no sea eléctricamente segura.
- Una vez seleccionado el modelo de su agrado, no olvide revisar que contenga todos los accesorios indicados en su caja o instructivo y que presente su garantía para que sea sellada por la tienda al hacer su compra.

Atributos de cafeteras para elaborar café exprés

Marca / Modelo	b	c	d	g	h	i	Garantía (años)
De'Longhi / EC155 ◆			✔		✔	✔	1
Hamilton Beach / 40729			✔			✔	1
Krups / XP 4050 ◆	✔		✔		✔	✔	1
Krups / XP 508050	✔	❍	✔	✔	✔	✔	1
Oster / 3188		C		✔	✔		1
Oster / 3216		C		✔			1
Oster / 3296		C		✔	✔		1

Atributos de cafeteras percoladoras

Marca / Modelo	c	d	Garantía (años)
Ekco / 12007	A		1
Ekco / 12304	A		1
General Electric / 168959	A	✔	2
Hamilton Beach / 40515	A	✔	1

Listado de Atributos

- **a** Pantalla de reloj
- **b** Botón para programar la preparación de café
- **c** Tipo de jarra: A=Aluminio, I=Acero inoxidable, C=Cristal
- **d** Indicador de nivel de agua en el depósito o tanque E=Exterior, I=Dentro del tanque
- **e** Selector de café (fuerte/regular)
- **f** Llave/botón dosificador de café
- **g** Guarda cable
- **h** Cuchara dosificadora
- **i** Depósito de agua removible

Notas:

- * El modelo 12007 de Ekco carece de indicador de encendido/apagado. Presenta indicador de nivel de agua en el exterior.
- ◆ Filtros removibles para 1 o 2 tazas
- ❍ Incluye recipiente para leche para automatizar su espumado.

Cafeteras para elaborar café exprés y café capuchino

			Desempeño en la elaboración de café				
Marca / Modelo / País de origen	Capacidad (no. de tazas*) / Tipo de sistema / Acepta Pod's / Potencia	Seguridad hacia el usuario	Consumo de energía por taza	Temperatura de elaboración	Catación de café	Espumeado de la leche	Evaluación global
Krups XP508050 China	40 bomba / si 1260 W	E	E	E	E Aroma exquisito con crema beach cerrada y persistente, cuerpo pesado/redondo, acidez brillante, resabio a chocolate amargo, nuez y caramelo.	MB Espuma abundante con burbuja pequeña y mediana, buena consistencia y persistencia, brillante.	**E**
De'Longhi EC155 China	28.6 bomba / si 1100 W	E	MB	E	E Aroma intenso con crema color beach completa, cuerpo redondo y marcada acidez, resabio a chocolate oscuro y nuez.	MB Espuma abundante con burbuja muy pequeña, brillante y persistente.	**E**
Krups XP4050 China	42.8 bomba / si 1200 W	E	MB	E	E Aroma intenso con crema rojiza y persistente, cuerpo pesado, acidez marcada, buen balance, resabio a nuez tostada y chocolate dulce.	R Espuma abundante con burbuja mediana y grande, persistente.	**E**
Oster 3216 China	12.85 caldera / no 800 W	E	E	MB	MB Aroma intenso pero sin crema, cuerpo redondo, acidez media, resabio a nuez tostada y caramelo.	E La mejor: espuma abundante con burbuja muy pequeña y resistente, brillante y persistente.	**MB**
Hamilton Beach 40729 China	23.1 bomba /no 1100 W	E	E	MB	MB Buen aroma pero sin crema, cuerpo redondo/pesado, acidez viva, resabio a chocolate amargo intenso y nuez.	B Espuma abundante con burbuja pequeña y mediana, persistente.	**MB**
Oster 3296 China	14.2 caldera / no 750 W	E	E	E	B Buen aroma pero sin crema, cuerpo medio, acidez viva, resabio a tabaco y nuez.	R Espuma con burbuja grande y poco persistente.	**MB**
Oster 3188 China	12.85 caldera / no 900 W	E	MB	B	MB Buen aroma pero sin crema, cuerpo redondo, acidez viva, resabio a chocolate amargo y tabaco.	R Espuma con burbujas chicas y medianas y persistencia media.	**B**

* Considerando 1 taza equivalente a 150 ml

E = Excelente MB = Muy Bien B = Bien R= Regular

Para preparar café

- Use agua limpia, preferentemente de filtro o de garrafón. La medida recomendada para elaborar una taza de café tipo americano de 150 ml es de 5 a 10 gramos de café molido por cada taza, es decir, aproximadamente una cucharada sopera por taza.
- Prepárelo al momento de servir, no lo deje por más de una hora porque empieza a crear sabores desagradables y pierde su rico aroma.
- Jamás lo recaliente para beberlo, mejor prepare cantidades menores.
- No es necesario utilizar doble filtro de papel en los modelos que requieren este tipo de filtro.
- No reutilice el grano de café para elaborar más de una jarra. Después de usado, el grano se vuelve amargo y pierde su aroma.

Cafeteras automáticas para elaborar café tipo americano por goteo con capacidad de más de 7 tazas

			Desempeño en la elaboración de café				
Marca / Modelo / País de origen	Capacidad (no. de tazas*) / Tipo de filtro / Potencia	Seguridad hacia el usuario	Consumo de energía por taza	Temperatura de elaboración	Temperatura de mantenimiento	Catación de café	Evaluación global
General Electric 106790 México	12 Papel 1200 W	E	E	E	E	MB Aroma intenso con buen cuerpo y acidez media, resabio intenso a chocolate amargo.	**E**
Krups FME4J4 México	12 Papel 1100 W	E	E	E	E	MB Aroma intenso con cuerpo medio y acidez brillante, resabio a tabaco y chocolate amargo, buen balance.	**E**
Black & Decker DE711B China	12.5 Permanente 900 W	E	MB	MB	E	E Aroma intenso y achocolatado con cuerpo redondo y marcada acidez, resabio a caramelo y nuez tostada, buen balance.	**MB**
Proctor Silex 43531 China	10.3 Papel 900 W	E	MB	E	E	MB Buen aroma con cuerpo redondo y acidez viva, resabio a caramelo y chocolate amargo persistente.	**MB**
Electrolux CHEFA China	8 Permanente 1000 W	E	E	E	MB	MB Aroma sobresaliente con cuerpo redondo y acidez media, resabio a chocolate y caramelo.	**MB**
Black & Decker ODC450 China	12 Papel 900 W	E	B	E	E	MB Buen aroma con buen cuerpo y acidez media, resabio a chocolate amargo.	**MB**
Proctor Silex 48521 China	10.7 Permanente 900 W	E	MB	E	E	B Excelente aroma con cuerpo ligero y acidez, resabio a nuez tostada y caramelo.	**MB**
Hamilton Beach 47665 China	12 Papel 975 W	E	MB	MB	MB	MB Buen aroma con buen cuerpo y acidez viva, resabio a chocolate, tabaco y caramelo.	**MB**
Black & Decker DE756B China	12.5 Permanente 900 W	E	E	MB	B	MB Aroma intenso con cuerpo medio y acidez brillante, resabio ligero a tabaco y caramelo.	**MB**
Hamilton Beach 49444 China	10.3 Permanente 900 W	E	MB	E	MB	B Excelente aroma con cuerpo medio y acidez media, resabio a chocolate amargo.	**MB**
Oster 3291 China	10 Papel 900 W	E	E	MB	MB	B Buen aroma con cuerpo medio y acidez ligera, resabio a chocolate amargo.	**MB**
Moulinex ACG2M1 México	10 Papel 960 W	E	E	MB	MB	B Buen aroma con buen cuerpo y acidez media, resabio a chocolate amargo ligero, balance regular.	**MB**
Proctor Silex 46831-MX México	12 Papel 1100 W	E	E	MB	MB	B Buen aroma con cuerpo medio y acidez media, resabio ligero a tabaco.	**MB**

E = Excelente MB = Muy Bien B = Bien R= Regular

* Considerando 1 taza equivalente a 150 ml

Cafeteras automáticas para elaborar café tipo americano por goteo con capacidad de más de 7 tazas *(continuación)*

			Desempeño en la elaboración de café				
Marca / Modelo / País de origen	**Capacidad (no. de tazas*) / Tipo de filtro / potencia**	**Seguridad hacia el usuario**	**Consumo de energía por taza**	**Temperatura de elaboración**	**Temperatura de mantenimiento**	**Catación de café**	**Evaluación global**
Cuisinart CBC4400 China	14 Papel 1025 W	E	MB	E	E	R Buen aroma con cuerpo ligero y acidez media, resabio a chocolate poco intenso, necesita mejor balance.	**MB**
Exian XQ698LT China	10 Permanente 1000 W	E	MB	MB	MB	B Buen aroma con cuerpo medio y acidez media, resabio a chocolate amargo y tabaco.	**B**
Oster 3303 China	12 Permanente 900 W	E	MB	MB	MB	B Buen aroma con cuerpo medio y acidez media, resabio a tabaco ligero.	**B**
Taurus COFFEEMAX 12 China	8 Permanente 1000 W	E	MB	MB	MB	B Buen aroma con cuerpo medio y acidez leve, resabio a nuez tostada.	**B**
Oster 7995 China	11.3 Papel 900 W	E	MB	B	MB	MB Aroma y sabor intenso con buen cuerpo y acidez viva, resabio a tabaco, nuez y chocolate amargo.	**B**
Black & Decker TCM1001 China	8.4 Permanente 1000 W	E	E	MB	B	B Buen aroma con cuerpo ligero y acidez media, resabio ligero a nuez.	**B**
Hamilton Beach 47304MX China	10 Papel 850 W	E	E	MB	B	B Buen aroma con cuerpo medio y poca acidez, resabio a chocolate amargo.	**B**
Hamilton Beach 47374 China	10 Papel 850 W	E	E	MB	B	B Buen aroma con cuerpo medio y acidez media, resabio a nuez.	**B**
Oster 3302 China	12 Permanente 900 W	E	E	MB	B	B Buen aroma con cuerpo medio y acidez leve, resabio poco intenso a tabaco.	**B**
Black & Decker DCM2500B China	12 Papel 975 W	E	E	B	B	MB Aroma intenso y agradable con cuerpo medio y acidez brillante, resabio a chocolate amargo, tabaco y nuez tostada.	**B**
Braun KF600 República Checa	8.8 Permanente 1000 W	E	E	B	B	MB Aroma intenso con cuerpo redondo y acidez marcada, resabio a caramelo y nuez.	**B**
Oster 3304 China	11.3 Permanente 900 W	E	MB	B	B	MB Aroma intenso con cuerpo medio y acidez viva, resabio a chocolate amargo y tabaco.	**B**
Proctor Silex 43501 China	10.7 Papel 900 W	E	MB	MB	MB	R Aroma intenso con cuerpo ligero y acidez baja, resabio poco intenso a tabaco, necesita balance.	**B**
Moulinex BCE1 México	9.3 Papel 850 W	E	E	MB	B	R Poco aroma con cuerpo medio y acidez baja, sabor amargo intenso, resabio a nuez, taza plana.	**B**

* Considerando 1 taza equivalente a 150 ml

Cafeteras automáticas para elaborar café tipo americano por goteo con capacidad de hasta 7 tazas

			Desempeño en la elaboración de café				
Marca / Modelo / País de origen	Capacidad (no. de tazas*) / Tipo de filtro / Potencia	Seguridad hacia el usuario	Consumo de energía por taza	Temperatura de elaboración	Temperatura de mantenimiento	Catación de café	Evaluación global
Oster 3301 China	5.6 Permanente 600 W	E	E	B	MB	MB Aroma sobresaliente con cuerpo medio y acidez viva, resabio a nuez y tabaco.	**MB**
Black & Decker DCM500B China	4.7 Papel 650 W	E	B	MB	MB	MB Aroma sobresaliente con cuerpo redondo y acidez media/viva, resabio a tabaco.	**B**
Hamilton Beach 48134 China	4 Papel 625 W	E	B	B	E	MB Buen aroma, con cuerpo medio y acidez brillante, resabio a tabaco.	**B**
Black & Decker TCM701 China	6.7 Papel 900 W	E	E	B	B	B Aroma ligero con cuerpo ligero/medio y acidez ligera, resabio a chocolate amargo.	**B**
Hamilton Beach 42116 China	3.8 permanente 650 W	E	E	B	**No le aplica**	B Buen aroma con cuerpo medio y acidez media, resabio a chocolate amargo intenso. **Desventaja**: el sabor y apariencia disminuyen con cada taza preparada.	**B**

***** Considerando 1 taza equivalente a 150 ml

Recomendaciones de uso

Para operar su cafetera con seguridad:

- Lea el instructivo antes de armar y usar su cafetera, le ayudará a darle un correcto uso a su aparato y a evitar daños por un mal manejo.
- La cafetera no es un aparato que deban usar los niños. Manténgalos lejos de ella para prevenir posibles quemaduras o algún otro percance.
- Cuando está en uso, varias partes de la cafetera alcanzan temperaturas muy elevadas. Evite quemaduras utilizando sólo las asas y controles, que se calientan menos.
- Durante su uso evite que el cable de alimentación entre en contacto con la jarra donde se deposita el café, o que toque la placa calefactora que soporta dicha jarra para evitar que sufra daño.
- Las cafeteras son aparatos eléctricos y no deben sumergirse en agua incluso si están desconectadas. Revise en su manual la manera correcta de realizar la limpieza de la cafetera que adquirió.
- Con respecto a las cafeteras para exprés, tenga cuidado al quitar el filtro, ya que a través de él se puede desfogar el vapor bajo presión contenido en su interior.
- Siempre use agua fresca para preparar café, nunca agregue agua caliente al tanque o depósito de su cafetera porque podría dañarse.
- Antes de usarla por primera vez, o cuando no la haya usado por un largo periodo, es necesario limpiarla. Para ello desconéctela primero y luego límpiela con una esponja suave, agua caliente y jabón sin aroma. De forma periódica limpie las partes de la cafetera dejando correr el agua sin poner café. En algunas cafeteras es recomendable agregar a esta agua una o dos cucharadas de vinagre blanco para remover el sarro. No utilice limpiadores abrasivos.
- Recuerde que en México se puede conseguir café nacional en grano de gran calidad, así como variedades importadas cuyo origen puede ser africano, brasileño, colombiano, etc. Con el uso habitual de su cafetera, aprenderá a realizar mezclas interesantes y agradables a los sentidos. Para conocer más acerca del mundo del café le sugerimos consultar el sitio en internet: www.amcce.org.mx.

Mitos sobre el café

Existen diversos mitos. Éstos son algunos de los más conocidos:

Mito: Por ser más fuerte de sabor con respecto a una taza de café tipo americano, una taza de café exprés contiene más cafeína. La realidad es otra: en las cafeteras por goteo para elaborar café tipo americano el grano es bañado durante más tiempo, por lo que se logra extraer mayor cantidad de cafeína. Erróneamente se confunden el sabor y cuerpo más intensos del café exprés con la cafeína extraída. Para entender mejor este fenómeno, basta decir que en una cafetera exprés el grano molido es bañado sólo un breve tiempo con agua caliente a presión, extrayendo más eficazmente los sólidos, aromas y aceites del café.

Mito: El café fuerte puede hacer daño al estómago. En realidad sólo un café cuyo grano es de baja calidad o que no fue correctamente procesado antes de su venta al público, o que fue mal preparado o ya es viejo, puede generar inflamación o malestar estomacal. Una taza de café de buena calidad recién preparado no debe generar malestar alguno en personas sanas.

Mito: Preparar café exprés o café capuchino es muy difícil. Ciertamente, las cafeteras para preparar este tipo de café suelen parecer complicadas, pero su uso, aunque un poco laborioso, no implica gran dificultad; eso sí, lograr preparar un buen café exprés requiere de un aprendizaje inicial para el cual varias marcas ofrecen demostraciones en tiendas departamentales.

Cafeteras percoladoras

			Desempeño en la elaboración de café				
Marca / Modelo / País de origen	Capacidad (no. de tazas*) / Tipo de filtro / Potencia	Seguridad hacia el usuario	Consumo de energía por taza	Temperatura de elaboración	Temperatura de mantenimiento	Catación de café	Evaluación global
Ekco 12304 México	30 Permanente 1000 W	E	B	E	E	MB Buen aroma con cuerpo medio y acidez media, resabio a tabaco y chocolate ligero, buen balance. **Desventaja**: ya preparado el café, es necesario retirar el grano del filtro para no descomponer su calidad.	**MB**
General Electric 168959 China	40 Permanente 1090 W	E	B	E	E	MB Buen aroma intenso con cuerpo medio y acidez viva, resabio a chocolate amargo, buen balance. **Desventaja**: ya preparado el café, es necesario retirar el grano del filtro para no descomponer su calidad.	**MB**
Hamilton Beach 40515 China	40 Permanente 1090 W	E	B	E	E	B Buen aroma con cuerpo ligero y acidez media, resabio a chocolate amargo ligero y nuez. **Desventaja:** ya preparado el café, es necesario retirar el grano del filtro para no descomponer su calidad.	**MB**
Ekco 12007 México	8 Permanente 700 W	E	E	E	MB	B Buen aroma con cuerpo redondo y acidez media, resabio a chocolate amargo, aceitoso. **Desventaja:** no presenta apagado automático, por lo que el café varía en calidad según el tiempo de funcionamiento. Ya preparado el café, es necesario retirar el grano del filtro para no descomponer su calidad.	**MB**

* Considerando 1 taza equivalente a 150 ml

E = Excelente MB = Muy bien B = Bien R= Regular

Atributos de cafeteras de goteo

Marca / Modelo	a	b	c	d	e	f	g	h	Garantía (años)
Black & Decker / TCM701	✔	✔	I▲	E					2
Black & Decker / TCM1001	✔	✔	I▲	E					2
Black & Decker / DE756B	✔	✔	C	E			✔		2
Black & Decker/ DE711B			C	E			✔		2
Black & Decker / DCM500B			C	E					2
Black & Decker / DCM2500B	✔	✔	C	E			✔		2
Black & Decker / ODC450	✔	✔	C	E			✔		2
Braun / KF 600 ■			I	E			✔		1
Cuisinart / CBC-4400	✔	✔	C	E			✔		3 meses
Electrolux / CHEFA ■	✔	✔	I	E				✔	1
Exian / XQ698LT	✔	✔	C	E					2
General Electric / 106790			C	E	✔		✔		2
Hamilton Beach / 49444	✔	✔	C	E	✔		✔		1
Hamilton Beach / 48134			C	I					1
Hamilton Beach / 47304MX			◗	E		✔			1
Hamilton Beach / 47374	✔	✔	◗	E		✔			1
Hamilton Beach / 47665	✔	✔	◗	E		✔	✔		1
Hamilton Beach / 42116			No incluye	E					1
Krups / FME4J4	✔	✔	C	E	✔		✔		1
Moulinex / BCE1			C	E			✔		1
Moulinex / ACG2M1			C	E					1
Oster / 3301			C	E				✔	1
Oster / 3302			C	E			✔	✔	1
Oster / 3303	✔	✔	C	E			✔	✔	1
Oster / 3304			C	E	✔		✔	✔	1
Oster / 3291			C	E			✔	✔	1
Oster / 7995	✔	✔	C	E	✔		✔	✔	1
Proctor Silex / 46831-MX			C	E	✔				1
Protor Silex / 43501			C	I					1
Protor Silex / 43531			C	E					1
Protor Silex / 48521			C	E	✔				1
Taurus / COFFEEMAX 12			C	E			✔		1

Listado de atributos

- **a** Pantalla de reloj
- **b** Botón para programar la preparación de café
- **c** Tipo de jarra: A=Aluminio, I=Acero inoxidable, C=Cristal
- **d** Indicador de nivel de agua en el depósito o tanque E=Exterior, I=Dentro del tanque
- **e** Selector de café (fuerte/regular)
- **f** Llave/botón dosificador de café
- **g** Guarda cable
- **h** Cuchara dosificadora

Notas:

- * Todos los modelos cuentan con indicador de encendido/apagado y sistema antigoteo, excepto el Hamilton Beach 42116.
- * El modelo 7995 de Oster cuenta con la función para ajustar la temperatura del plato calefactor.
- * Los modelos FME4, XP 4050 y XP 5080 de Krups y KF 600 de Braun incluyen filtro de agua.
- * El modelo ODC450 de Black & Decker presenta un diseño adecuado para instalarse en una cocina integral. Su depósito para agua es removible.
- * El modelo FME4J4 de Krups presenta alarma/indicador de café listo.
- ▲ Jarra térmica y función para preparar de 1 a 4 tazas de café.
- ◗ No incluye jarra, su depósito interno del café funciona como dispensador.
- ■ Autoapagado después de la preparación.

Foto José Rodríguez

Conclusiones

- Cada cafetera analizada ha sido diseñada para elaborar café a través de un depósito con un filtro donde se coloca el grano de café molido que posteriormente es bañado con agua caliente, ya sea con o sin presión. Impactan en el sabor de café preparado, factores como el tipo de filtro, la temperatura y presión a la cual el agua pasa a través del grano molido, así como el tiempo total durante el cual el grano es bañado por el agua caliente, sin descartar las variables que pueden imprimir el grado de molido, el gramaje utilizado y el nivel de tueste. Es por ello que los resultados de las pruebas de desempeño reportados no deben leerse en forma separada. Los modelos mejor calificados son aquellos que lograron el mejor equilibrio entre los distintos factores antes mencionados.
- La calidad del producto final, es decir, el café en taza, no sólo depende de la calidad que ofrece un determinado modelo de cafetera para elaborar café; es igualmente importante considerar el buen manejo y conservación del grano de café adquirido. Encontrará mayor información en los recuadros "Manejo y conservación del grano" y "Para preparar café".
- De los siete modelos analizados para elaborar café exprés resalta el modelo **XP508050** de la marca **Krups**, dado que la cafetera es totalmente automática, asegurando siempre la misma calidad del café exprés preparado, además es muy rápida pues permite elaborar varias tazas en poco tiempo, muy útil para reuniones familiares. En cambio el modelo **XP4050** de **Krups** tarda mucho para llevar a cabo el proceso de preparación, aunque dando como resultado un café excelente.
- En la categoría de cafeteras para café exprés, solo las que emplean bomba pudieron generar la crema propia del café exprés (lea el recuadro "Terminología de catación"). Además, sólo los modelos de la marcas **De'Longhi** y **Krups** le permitirán adicionalmente usar PODs –pastillas de café molido con la cantidad adecuada para elaborar una taza de café exprés–; los PODs se venden en tiendas especializadas, de autoservicio y departamentales.
- En la categoría de cafeteras de goteo para elaborar café tipo americano, los modelos que lograron un café con aroma de excelente a sobresaliente son los que presentan filtro permanente. Los modelos que usan papel filtro disminuyen la intensidad del aroma del café.
- Para elaborar café tipo americano sobresale el modelo **DE711B** de la marca **Black & Decker**, que logró elaborar el mejor café en su categoría. En cambio, el modelo **42116** de la marca **Hamilton Beach** prepara un muy buen café, pero tiene una seria desventaja: de las 4 tazas que prepara sólo la primera es la mejor, ya que el sabor y apariencia disminuyen con cada taza. El modelo **XQ698LT** de la marca **Exian** presenta malos acabados y ensambles de baja calidad.
- Los modelos **TCM701** y **TCM1001** de la marca **Black & Decker** presentan una jarra térmica que mantiene caliente el café preparado hasta por 30 minutos sin necesidad de usar la placa calefactora que emplean el resto de las cafeteras por goteo, esto no sólo le ahorrará energía sino que también, de acuerdo a los especialistas del café, ayuda a preservar el buen sabor de la bebida.

Si requiere más información sobre este estudio, puede comunicarse al Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor, al 5544-2122 si vive en el área metropolitana de la Ciudad de México. También puede consultar otros estudios de calidad en nuestro sitio de internet www.profeco.gob.mx

Foto Corbis

Aceites de *oliva*

Por su sabor, los aceites de oliva suelen dar un toque específico a ensaladas y alimentos fritos, además de su valor nutritivo y sus efectos positivos para la salud. Sin embargo, no todos los aceites que se ofertan en el mercado nacional son auténticos de oliva, y entre los que sí lo son, existe gran disparidad de precios, por lo que es necesario que usted se informe bien antes de adquirir el mejor aceite.

La aceituna es el fruto del olivo que da origen al aceite de oliva, y para obtenerlo es necesario romper las células vegetales mediante trituración hasta tener una pasta homogénea que se somete a un prensado mediante dispositivos mecánicos que aplican presión a la pasta para después exprimirla.

El sistema de extracción es muy importante dentro de las características cualitativas del aceite, sin dejar atrás que un buen aceite de oliva se consigue con aceitunas sanas, maduras y enteras, las cuales deben ser procesadas al recibirse pues los mecanismos fermentativos comienzan pronto y deterioran su calidad, confiriéndole mal olor, sabor defectuoso y elevando su acidez.

Por su proceso de extracción, los aceites de oliva se clasifican en aceite de oliva virgen y refinado. El primero se obtiene sólo de procesos mecánicos. De acuerdo con sus características, puede denominarse extra virgen o virgen. La diferencia entre ambos es su acidez, ya que mientras en el aceite de oliva virgen la acidez no debe ser mayor a 2%, el extra virgen tiene un máximo de 0.8%.

A veces, debido a condiciones climáticas desfavorables o a deficiencias en el proceso de elaboración, los aceites de oliva vírgenes presentan un elevado grado de acidez o un sabor o color defectuosos, por lo que deben someterse a un proceso de refinado para corregir esos defectos. Así se obtiene el aceite de oliva refinado, que conserva la estructura química del aceite de oliva pero carece de su olor y sabor original. Este aceite puede denominarse aceite de oliva refinado (si su acidez es, como máximo, de 0.3%), pero también puede mezclarse con aceite de oliva virgen y denominarse aceite de oliva, con una acidez no mayor a 1%.

En cuanto a nutrición, los aceites de oliva aportan calorías y su grasa es insaturada –la cual favorece el aumento de los niveles en sangre del "buen colesterol"–. También aportan vitaminas como las A, D, K y E, pero la que está presente en mayor cantidad es la vitamina E, que actúa como antioxidante natural del aceite de oliva y retrasa su deterioro. Por otro lado, sus propiedades evitan la oxidación de las lipoproteínas o transportadores en sangre del colesterol, con lo que este tipo de aceite colabora en la prevención de enfermedades cardiovasculares.

El estudio

Se evaluaron 53 marcas de aceites de oliva, 38 de los denominados "extra virgen", 14 denominados "aceite de oliva" y un "aceite de oliva refinado". En todos los casos se tomaron muestras de diferentes lotes en distintos puntos de venta, verificando que estuvieran dentro de la fecha de caducidad. Las pruebas a que se sometieron las muestras son las siguientes:

Acidez. En el producto representa el porcentaje de ácidos grasos libres expresados en porcentaje de ácido oleico. Los ácidos grasos libres aparecen cuando las aceitunas se encuentran en mal estado o el aceite ha sido inadecuadamente tratado o conservado.

Indice de peróxido. Fue determinado para evaluar el grado de oxidación del aceite (rancidez). Los procesos oxidativos aumentan con la temperatura (fritura) y exposición del aceite al aire.

Autenticidad. Para verificar la autenticidad del producto, es decir, que sea realmente aceite de oliva y no de otros vegetales, se determina la composición de ácidos grasos presentes, los cuales, en estos productos, aparecen en cantidades específicas y bajo un perfil característico.

Información al consumidor. Se revisó que la información de la etiqueta incluyera denominación, marca, nombre y domicilio del fabricante, lista de ingredientes y contenido neto. También se verificó que la información fuera veraz y no causara confusión.

Precio. Aunque no fue un criterio para evaluar la calidad del producto, se incluye el precio promedio por litro. Para calcular el costo se utilizó el precio al adquirir las muestras.

Ficha técnica

Periodo del estudio: 6 de diciembre de 2007 a 15 de febrero de 2008
Periodo de muestreo: 6 a 13 de diciembre de 2007
Marcas analizadas: 53
Pruebas realizadas: 4007

Normatividad

NOM-002-SCFI-1993. Productos preenvasados. Contenido neto. Tolerancias y métodos de verificación.
NOM-051-SCFI-1994. Especificaciones generales de etiquetado para alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasados.
NMX-F-109-SCFI-2006. Alimentos. Aceite de oliva. Especificaciones.

“Por su proceso de extracción, los aceites de oliva se clasifican en aceite de oliva virgen y refinado.”

Foto Corbis

Aceites de oliva extra virgen con excelente calidad

Marca / Grado / Procedencia / Presentación (ml)	Precio por litro ($)
Bertolli / Aceite de oliva extra virgen / Italia / 250 y 750 ml	128.10
Biolive Monocultivar Arbequina / Aceite de oliva extra virgen / Argentina / 250 ml	318.00
Biolive Monocultivar Nevadillo / Aceite de oliva extra virgen / Argentina / 250 ml	318.00
Borges / Aceite de oliva extra virgen / España / 500 ml	128.00
Borges Reserva de la familia / Aceite de oliva extra virgen / España / 500 ml	222.50
Carapelli / Aceite de oliva extra virgen / Italia / 1000 ml	114.00
Carapelli (Ideal para aderezo, ensaladas y condimentos) / Aceite de oliva extra virgen / Italia / 250 y 750 ml	129.00
Carapelli Premium / Aceite de oliva extra virgen / Italia / 500 y 1000 ml	109.00
Carbonell (Aroma intenso afrutado) / Aceite de oliva extra virgen / España / 250 ml	138.20
Condi / Aceite de oliva extra virgen / Italia / 750 ml	106.50
El Serpis / Aceite de oliva extra virgen / España / 750 ml	120.00
Filippo Berio / Aceite de oliva extra virgen / Italia / 750 ml	104.80
Filippo Berio Gusto afrutado / Aceite de oliva extra virgen / Italia / 500 ml	147.00
Filippo Berio Orgánico / Aceite de oliva extra virgen / Italia / 250 ml	264.00
G. Sensat / Aceite de oliva extra virgen / España / 250 ml	136.00
Great Value / Aceite de oliva extra virgen / España / 500 ml	80.50
IL Genio Toscano / Aceite de oliva extra virgen / Italia / 500 ml	230.00
La Española / Aceite de oliva extra virgen / España / 250 ml	100.00
Monterreal / Aceite de oliva extra virgen / España / 500 ml	132.00
Rocchi / Aceite de oliva extra virgen / Italia / 750 ml	70.50
Terre Nostre / Aceite de oliva extra virgen / Italia/ 750 ml	100.00
Toscano Montalbano / Aceite de oliva extra virgen / Italia / 500 ml	220.00
Ybarra / Aceite de oliva extra virgen / España / 500 ml	122.30
Ybarra aromático / Aceite de oliva extra virgen / España / 250 ml	136.50

Aceites de oliva con excelente calidad

Marca / Grado / Procedencia / Presentación (ml)	Precio por litro ($)
Bertolli / Aceite de oliva clásico / Italia / 750 ml	111.00
Borges / Aceite de oliva / España / 946 y 236 ml	163.50
Carapelli / Aceite de oliva / Italia / 750 ml	112.60
Carbonell / Aceite de oliva / España (envase de plástico) / 1000 ml	83.80
Filippo Berio / Aceite de oliva / Italia / 750 ml	104.80
Golden Hills / Aceite de oliva / España / 750 ml	66.60
Italiannis / Aceite de oliva / Italia / 500 ml	118.00
Mediter / Aceite de oliva / España / 250 y 500 ml	94.70
Monterreal / Aceite de oliva / España / 500 ml	115.50
Olitalia Sabor frutado / Aceite de oliva / Italia / 1000 ml	115.50

Aceites de oliva con excelente calidad pero con fallas de etiquetado

Marca / Grado / Procedencia / Presentación (ml)	Precio por litro ($)	Fallas detectadas
Borges / Aceite de oliva extra suave / España / 750* y 500 ml	126.50	Incluye el texto “Extra Suave”, no permitido.
Costa D’Oro / Aceite de oliva extra virgen / Italia / 1000 ml	82.00	Presenta la información en idioma inglés y su declaración de contenido energético es errónea.
Giordano / Aceite de oliva extra virgen / Italia / 750 ml	185.50	Presenta la información en idioma italiano.
La Gitana / Aceite de oliva extra virgen / México / 375 ml (Envase de vidrio)	75.00	Presenta la leyenda: “Está formado de la mezcla de los mejores aceites seleccionados”, que no está justificada.
Mitoliva / Aceite de oliva extra virgen / España / 473 ml	101.50	La declaración de contenido energético es errónea.
Olave Orgánico / Aceite de oliva extra virgen / Chile / 500 ml	198.00	La declaración de contenido energético es errónea.
Olave Premium Selection / Aceite de oliva extra virgen / Chile / 500 ml	170.00	La declaración de contenido energético es errónea.
Olitalia Sabor frutado / Aceite de oliva extra virgen / Italia / 500 ml	133.75	Incluye el texto “Un aceite de calidad SUPERIOR”, no permitido.

* 50% gratis

Aceites de oliva con problemas en contenido neto y/o etiquetado

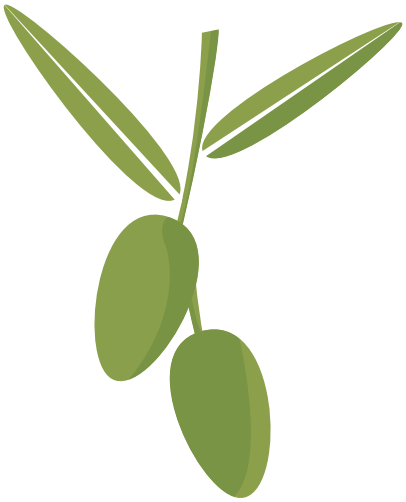
Marca / Grado / Procedencia / Presentación (ml)	Precio por litro ($)	Fallas detectadas
Carbonell / Aceite de oliva / España (Envase en lata) / 500 ml	98.60	Una muestra presentó 3.6% menos del contenido neto declarado.
Ybarra / Aceite de oliva / España / 200 ml	139.50	Dos muestras presentaron 5.5% menos del contenido neto declarado.
La Cordobesa / Aceite de oliva extra virgen / España / 250 ml	132.00	Una muestra presentó 4.4% menos del contenido neto declarado.
Premium Choice / Aceite de oliva extra virgen / España / 400 y 870 ml	125.00	Una muestra contiene 4.2% menos de lo declarado. No incluye leyenda que identifique el país de origen. Ostenta la leyenda: “No contiene colesterol”, que no está permitida.

Aceites que se ostentan como de oliva sin serlo

Marca / Grado / Procedencia / Presentación (ml)	Precio por litro ($)	Fallas detectadas	
		Información comercial y/o contenido neto	Composición típica para un aceite de oliva
El Olivo / Aceite de oliva / México / 180 ml	65.00	--------	No cumplen
San Lucas / Aceite de oliva / México / 500 ml	84.00	--------	
D´Artana / Aceite de Oliva / México / 180 y 1000 ml	58.70	La declaración de contenido energético es errónea.	
La Gitana / Aceite de oliva refinado / México / 375 ml	76.80	Presenta la leyenda “Está formado de la mezcla de los mejores aceites seleccionados”, que no está justificada.	
Peninsular / Aceite de oliva / No declara / 750 y 1000 ml	64.70	La declaración de contenido energético es errónea. No incluye leyenda que identifique el país de origen.	
La Gitana / Aceite de oliva extra virgen / México / 750 y 375 ml (Envase de plástico)	86.00	Una muestra presentó 2.5% menos del contenido neto declarado. Presenta la leyenda: “Está formado de la mezcla de los mejores aceites seleccionados”, que no está justificada.	
OliOliva / Aceite de oliva extra virgen / No declara / 750 ml	66.50	Presenta las leyendas “Zumo de aceitunas seleccionadas prensadas en frío” y “Es una mezcla de gran nobleza por su excepcional calidad y elaboración artesanal con aceitunas rigurosamente seleccionadas”, que no están justificadas. No incluye leyenda que identifique el país de origen.	

> En el estudio se encontraron fallas importantes, ya que se detectaron siete marcas cuya composición no corresponde a aceite de oliva, es decir, se ostentan como de oliva sin serlo (no son auténticos).”

Foto Latinstock



Recomendaciones

- Antes de adquirir un producto, lea la etiqueta y seleccione el tipo de su preferencia (extra virgen, virgen...). Cabe resaltar que entre las marcas que cumplen existe una enorme disparidad de precio entre unas y otras, por lo que su compra debe centrarse en el gusto particular por el producto.
- Tenga en cuenta que el color del aceite no es un indicador de la calidad, ya que depende de la etapa de la maduración de la aceituna.
- El aire, la luz y el calor afectan negativamente al aceite de oliva, así que debe conservarse a temperatura ambiente, alejado de los focos de luz y calor y con su envase adecuadamente cerrado.
- No mezcle nunca un aceite nuevo con un aceite que ya esté usado, ni tampoco es recomendable mezclarlo con uno de otro vegetal.
- Si lo utiliza para freír, evite reutilizarlo porque se generan sustancias irritantes y potencialmente tóxicas, por lo que se debe desechar.

El aceite de oliva y sus cualidades sensoriales

Aunque pruebas fisicoquímicas indican la autenticidad y grado de deterioro del aceite, buena parte de su calidad tiene que ver con su aroma y sabor. Estas pruebas denominadas sensoriales o pruebas de cata son realizadas por expertos, quienes aprecian el aroma aspirándolo para relacionarlo con olores vegetales, hierba, frutas etc. En cuanto al gusto, unas gotas bastan para sentir la dulzura del aceite, o bien, el sabor ácido.

La extracción del aceite de aceitunas maduras de recolección tardía da un color amarillo dorado y un aceite de oliva dulce. Los aceites amarillo-verdosos se obtienen de aceitunas que aún no han concluido su proceso de maduración, y el aceite tiene un sabor afrutado.

No todos los aceites vegetales son iguales

Los aceites vegetales son grasas que se encuentran formando pequeñas gotitas en el interior de las células de semillas y algunos frutos. Tanto los de oliva como los de girasol y soya contienen grasas poliinsaturadas que producen efectos cardioprotectores, ya que reducen los niveles de colesterol malo y otras grasas llamadas triglicéridos en sangre, a diferencia de lo que sucede con otros aceites, como los de coco y de palma, los cuales, a pesar de ser de origen vegetal, tienen grasas saturadas, las que con su consumo frecuente se relaciona con el aumento de los niveles de colesterol en sangre.

Conclusiones

- En el estudio se encontraron fallas importantes, ya que se detectaron siete marcas cuya composición no corresponde a aceite de oliva, es decir, se ostentan como de oliva sin serlo (no son auténticos). Estas marcas son aceite extra virgen **La Gitana** (en envase de plástico) y **OliOliva**, el aceite refinado marca **La Gitana**, los aceites de oliva **D'Artana**, **El Olivo**, **San Lucas** y, la peor, **Peninsular**, que está elaborada con aceite de soya en lugar de oliva.
- En cuanto a contenido neto se encontró que algunas muestras de las marcas de aceite de oliva extra virgen **La Cordobesa**, **La Gitana**, **Premiun Choice**, y los de oliva **Carbonell** en lata e **Ybarra** no cumplen con lo que declaran.
- Dentro de las fallas detectadas también se encontró la inclusión en la etiqueta de leyendas como "sin colesterol", no permitida en este caso por la normatividad, dado que es una propiedad característica de cualquier aceite vegetal y no de una marca en particular, así como textos tales como: "calidad superior", "extra suave","excepcional calidad", que tampoco están permitidas (vea las tablas correspondientes).
- En cuanto a las pruebas para verificar que los aceites no presentaran tendencia a la rancidez o alta acidez, indicadoras de que el producto empieza a sufrir deterioro, todas las marcas cubrieron los requisitos de norma.

Si requiere más información sobre este estudio, puede comunicarse al Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor, al 5544-2060 si vive en el área metropolitana de la Ciudad de México. También puede consultar otros estudios de calidad en nuestro sitio de internet www.profeco.gob.mx

Nieve de limón

www.profeco.gob.mx

- Comportamiento comercial de las empresas
- Información sobre quejas y denuncias
- Resultados de los estudios de calidad del Laboratorio
- Artículos de la Revista del Consumidor
- Quién es quién en los precios y en el envío de dinero de EU a México
- Ubicación de nuestras delegaciones
- Ley Federal de Protección al Consumidor
- Tecnolgías Domésticas
- Platillos Sabios

Profeco

Ilustración Mónica Miranda

Los derechos y obligaciones de los niños

No importa tu edad, como niño tienes derechos para vivir una infancia feliz dentro de una familia, en un ambiente de paz y respeto hacia tu persona. Te invitamos a conocer esos derechos y también las obligaciones que debes aceptar dentro de tu familia y como miembro de la sociedad.

Por Alma Rosa Guerrero

A veces puedes pensar o sentir que por ser un niño tienes que hacer todo cuanto te piden los adultos y que tu voz no cuenta para nada. ¡Estás equivocado! No importa cuán chiquito seas, tú eres muy importante para la sociedad y por esta razón los gobiernos de muchas naciones, entre ellas México, el país en el cual vivimos, decidieron proteger a todos sus niños para asegurarse de que tendrán un crecimiento feliz y se convertirán en adultos capaces de construir un mundo mejor.

Tus derechos, así como los de todas las personas menores de 18 años de edad, se encuentran escritos en un documento muy importante titulado Convención sobre los Derechos del Niño, que fue aprobado hace casi 20 años por la Asamblea General de las Naciones Unidas (ONU).

Es necesario que conozcas estos derechos y los memorices para saber cuáles son las actitudes de los adultos y las situaciones que no debes permitir porque van en contra de tu bienestar.

Derechos clasificados

En realidad son muchos los derechos que te protegen. A continuación te decimos cómo se clasifican todos esos derechos en cinco grandes categorías:

Supervivencia. Garantizan el derecho que tienes a vivir y a satisfacer tus necesidades básicas, como alimento, abrigo y la protección de tu salud.

Desarrollo. Aseguran que puedas desarrollarte y crecer adecuadamente a través de la educación, la cultura, el juego y la libertad de pensamientos, conciencia y religión.

Protección. Te protegen de abusos y explotación, también te garantizan que tengas un nombre, una nacionalidad y que cuentes con los cuidados necesarios para vivir.

Participación. Garantizan que puedas participar en las decisiones que te afectan, que tengas libertad para expresarte y para participar en las actividades de tu comunidad y país.

Ser escuchado. Garantizan tu derecho a expresar tus ideas y a denunciar si eres víctima de abusos por parte de otras personas.

Aunque seas muy flaquito y tu voz muy delgadita, al conocer tus derechos puedes decir que no estás de acuerdo con una situación si está en contra de esos derechos. La ley te protege porque hay un acuerdo internacional para evitar que los niños sufran por causa de los adultos.

¡Ah!, pero así como cuentas con derechos que te protegen del abuso de los mayores y de situaciones de peligro, también tienes obligaciones que debes cumplir. Pero no te preocupes: hacerlo no es tan difícil y lo más seguro es que termines cumpliéndolas con mucho gusto, sobre todo si sabes que todo, en conjunto, te hará una niño feliz, capaz de resolver problemas con facilidad, de tomar decisiones acertadas y orientar tu espíritu hacia la paz, la libertad y el respeto por los demás.

Para que aprendas sobre tus derechos y obligaciones de una manera muy divertida, te invitamos a jugar con el memorama de la página 69. Sólo necesitas cartulina, un poco de pegamento, tijeras y seguir las instrucciones. Si es necesario, pide a alguno de tus papás o a un hermano mayor que te ayude.

Tus derechos y obligaciones

1. Tienes derecho a una familia y a un hogar. Tus papás o las personas que te cuidan tienen que proporcionarte un lugar dónde vivir, ropa, alimentos y educación. Si no pueden hacerlo, el Estado debe ayudarlos.
Tienes la obligación de: ser respetuoso con cada miembro de tu familia y participar en las tareas para conservar la casa limpia y en orden.

2. Tienes derecho a la educación. En México la educación básica es gratuita y obligatoria. En la escuela nadie debe imponerte castigos que vayan en contra de tu dignidad.
Tienes la obligación de: esforzarte por aprender, ser respetuoso con tus compañeros y maestros y realizar tus tareas escolares.

3. Tienes derecho a un nombre y una nacionalidad. Ninguna persona está autorizada a privarte de identidad, quitarte el nombre, la nacionalidad o separarte de tu familia.
Tienes la obligación de: conocer la cultura e historia de México, y de respetar sus símbolos patrios y sus instituciones.

4. Tienes derecho a una vida segura y saludable. Debes recibir una alimentación adecuada que te ayude a desarrollarte, a tomar agua potable y a que se te proporcionen servicios de salud cuando los necesites. Además, las autoridades deben prohibir prácticas que pongan en riesgo tu salud y tu vida.
Tienes la obligación de: cuidar tu salud y no participar en situaciones que puedan perjudicar tu cuerpo, como el consumo de drogas, alcohol o cigarros... Ah, y tampoco te conviene consumir comida chatarra en exceso. Además, por tu seguridad debes leer el instructivo y leyendas precautorias de tus juguetes.

5. Tienes derecho a ser escuchado y a expresar lo que sientes. Puedes hablar, escribir, dibujar, y en general hacer todo lo que quieras, siempre y cuando no afectes los derechos de otras personas.
Tienes la obligación de: escuchar a los demás y de respetar sus opiniones, aunque sean diferentes a las tuyas.

6. Tienes derecho a no ser discriminado. Debes recibir el mismo trato que todos los demás niños, sin importar el color de tu piel, si eres niña o niño, pobre o rico, y sin que importe dónde naciste o la religión que practicas.
Tienes la obligación de: respetar a todas las personas y no criticarlas por ser diferentes a ti y a tu manera de pensar.

7. Tienes derecho a ser protegido contra la explotación y el maltrato. A escondidas y con amenazas, nadie te puede acariciar o tomar fotografías de tu cuerpo, ni pedirte que te quites la ropa u obligarte a hacer algo que no sabes qué es y que no quieres.
Ninguna persona debe maltratarte física y/o emocionalmente, o alejarte de casa sin que tus padres o las personas que te cuidan se enteren, ni obligarte a trabajar en tareas que no son propias de tu edad ni que rebasen tu fuerza física.
Tienes la obligación de: cuidarte, no acercarte a desconocidos ni asistir a lugares sin informar a tu familia; y en caso de peligro, a buscar ayuda y avisar a tus padres o a las personas que te cuidan, a tus maestros o a la policía.

8. Tienes derecho a descansar, a jugar y a participar en actividades culturales y artísticas. Tus horas de sueño deben ser suficientes y tus juegos y actividades recreativas deben ser frecuentes para garantizar tu sano desarrollo y una infancia feliz.
Tienes la obligación de: cuidar tus juguetes, cuidar de no lastimarte mientras juegas y de ser respetuoso con tus compañeros de actividades.

9. Tienes derecho a la paz y a la libertad, a no participar en guerras. Y cuando la violencia te afecte, tienes derecho a recibir protección y cuidados especiales.
Tienes la obligación de: favorecer la paz en tu familia y dentro de tu comunidad, evitando la violencia contra otros para resolver cualquier problema; y debes respetar a todos los seres vivos y al ambiente.

Tienes derecho a una familia y a un hogar. Tus papás o las personas que te cuidan tienen que proporcionarte un lugar dónde vivir, ropa, alimentos y educación. Si no pueden hacerlo, el Estado debe ayudarlos.

Tienes la obligación de: ser respetuoso con cada miembro de tu familia y participar en las tareas para conservar la casa limpia y en orden.

Tienes derecho a la educación. En México la educación básica es gratuita y obligatoria. En la escuela nadie debe imponerte castigos que vayan en contra de tu dignidad.

Tienes la obligación de: esforzarte por aprender, ser respetuoso con tus compañeros y maestros y realizar tus tareas escolares.

Tienes derecho a un nombre y una nacionalidad. Ninguna persona está autorizada a privarte de identidad, quitarte el nombre, la nacionalidad o separarte de tu familia.

Tienes derecho a una vida segura y saludable. Debes recibir una alimentación adecuada que te ayude a desarrollarte, a tomar agua potable y a que se te proporcionen servicios de salud cuando los necesites. Además, las autoridades deben prohibir prácticas que pongan en riesgo tu salud y tu vida.

Tienes la obligación de: cuidar tu salud y no participar en situaciones que puedan perjudicar tu cuerpo, como el consumo de drogas, alcohol o cigarros... Ah, y tampoco te conviene consumir comida chatarra en exceso.

Tienes derecho a ser escuchado y a expresar lo que sientes. Puedes hablar, escribir, dibujar, y en general hacer todo lo que quieras, siempre y cuando no afectes los derechos de otras personas.

Tienes la obligación de: escuchar a los demás y de respetar sus ideas y opiniones, aunque sean diferentes a las tuyas.

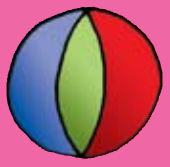
Tienes la obligación de: conocer la cultura e historia de México, y de respetar sus símbolos patrios y sus instituciones.

Tienes derecho a no ser discriminado. Debes recibir el mismo trato que todos los demás niños, sin importar el color de tu piel, si eres niña o niño, pobre o rico, y sin que importe dónde naciste o la religión que practicas.

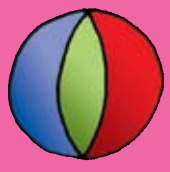
Tienes la obligación de: respetar a todas las personas y no criticarlas por ser diferentes a ti y a tu manera de pensar.

Tienes derecho a ser protegido contra la explotación y el maltrato. A escondidas y con amenazas, nadie puede acariciarte o tomar fotos de tu cuerpo, ni pedir que te quites la ropa u obligarte a hacer algo que no sabes qué es y que no quieres .

Tienes la obligación de: cuidarte, no acercarte a desconocidos ni asistir a lugares sin informar a tu familia; y en caso de peligro, a buscar ayuda y avisar a tus padres o a las personas que te cuidan, a tus maestros o a la policía.



Tienes derecho a descansar, a jugar y a participar en actividades culturales y artísticas. Tus horas de sueño deben ser suficientes y tus juegos y actividades recreativas deben ser frecuentes para garantizar tu sano desarrollo y una infancia feliz.



Tienes la obligación de: cuidar tus juguetes, cuidar de no lastimarte mientras juegas y de ser respetuoso con tus compañeros de actividades.

Tienes derecho a la paz y a la libertad, a no participar en guerras. Y cuando la violencia te afecte, tienes derecho a recibir protección y cuidados especiales.

Tienes la obligación de: favorecer la paz en tu familia y en tu comunidad, evitando la violencia contra otros para resolver cualquier problema; y debes respetar a todos los seres vivos y al ambiente.

Instrucciones

1. Desprende esta página y pégala en una cartulina o cartón delgado.
2. Una vez que el pegamento haya secado, recorta cada una de las tarjetas.
3. Invita a tus hermanos o amigos a jugar con el memorama, y cada vez que alguien forme un par, debe leer el derecho y la obligación que se encuentra en su respectiva tarjeta.

alto al abuso sexual infantil

Por Alma Rosa Guerrero

El problema lacera tanto las conciencias, que quienes se ven involucrados prefieren eludirlo, hacer como si no existiera o como si se tratara de un asunto menor. Sin embargo, el abuso sexual infantil es hoy un severo problema de salud pública, y sus repercusiones futuras, como suele suceder en todo tipo de maltrato hacia los niños, se relacionan con un mayor índice de violencia familiar y social, consumo de drogas, suicidios, delincuencia y asesinatos. Identificar este abuso y ponerle un alto es tarea de las instituciones, sí, pero también de cada adulto de la sociedad.

Fotos de archivo

Hablar del maltrato infantil en México, en particular del abuso sexual infantil, resulta complicado, pues se desconoce la verdadera magnitud del fenómeno debido a la insuficiencia de información estadística, a que existen factores como la vergüenza y el miedo de los pequeños que sufren el maltrato para denunciar lo que les ocurre, y a que en no pocos casos los familiares ocultan la situación y prefieren no denunciar el hecho.

No obstante, la violencia contra los niños representa un importante problema de salud pública. El registro de datos obtenido por el Programa de Prevención del Maltrato al Menor del Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF-PREMAN), basado en la información de denuncias recibidas, casos probados de maltrato infantil, denuncias ante el Ministerio Público, así como número de menores atendidos por esta causa en los centros del DIF en todo el país, indica entre 1995 y 2004 una tendencia ascendente del problema.

Los casos en los que se comprueba este maltrato también aumentan, así como las denuncias ante el Ministerio Público, lo cual no necesariamente se interpreta como un incremento en la violencia hacia los menores, ya que puede ser respuesta a una mayor información acerca de los derechos de los niños, por lo que, es de suponer, existen más denuncias cuando éstos son violentados.

El DIF reconoce ocho categorías para identificar el tipo de maltrato infantil, aunque la información disponible no hace referencia a la proporción de niños o niñas que sufren los diversos tipos de maltrato. De acuerdo con esta clasificación, de los 36 mil 645 menores atendidos por esta causa durante 2004, el primer lugar lo ocupa la omisión de cuidados (27.6%); le siguen el maltrato físico (23.7%) y el maltrato emocional (21.1%). En menor proporción se hallan la negligencia (8.3%), el abandono (7.7%), el abuso sexual (3.8%), la explotación laboral (0.8) y la explotación sexual comercial (0.2%). Cabe aclarar que en esta clasificación un pequeño puede sufrir más de un tipo de maltrato.

¿Qué es el abuso sexual infantil?

De acuerdo con lo que establecen algunas legislaciones en materia penal, así como criterios del Poder Judicial de la Federación, se puede considerar, en un sentido amplio, que existe abuso sexual infantil cuando se hace participar, de manera voluntaria o de forma obligada, a un menor de 12 años en la ejecución de un acto de carácter sexual, que por su edad y desarrollo psicosexual no está en condiciones de comprender, le es inapropiado o traspasa los límites y costumbres de la sociedad.

Se debe tener en cuenta que, más allá de la connotación jurídica, los daños que se observan en los pequeños, víctimas de cualquier forma de abuso sexual, no sólo se pueden referir a lesiones físicas, sino también a daños psíquicos, ya que no deja de ser una manifestación de maltrato psicológico que pone en riesgo el desarrollo adecuado y la salud mental del niño.

A los que abusan sexualmente de los niños se les llama pederastas o pedófilos.

Los daños físicos reportados en los pequeños agredidos incluyen traumatismo genital, anal o bucal, así como otras lesiones en el cuerpo. Y no obstante que el abuso sexual puede manifestarse sin violencia física, no deja de ser una forma de maltrato psicológico capaz de poner en riesgo el desarrollo adecuado y la salud mental y emocional del niño. Sus efectos pueden expresarse de manera inmediata o en edades posteriores, y ser de difícil tratamiento.

Si un hijo sufre abuso sexual

Si el niño habla sobre un posible abuso, escuche con atención y tome el asunto absolutamente en serio. Cuando se ignora la petición de ayuda de un niño, no se le cree o se le castiga, es posible que no se arriesgue a comunicarlo de nuevo. Como resultado, el niño puede ser víctima de abuso sexual durante meses o años. Explíquele a su niño que es aceptable hablar sobre los sentimientos incómodos. He aquí algunas recomendaciones:

1. Haga frente al problema. Escuche las palabras del niño sobre el abuso cometido. Dígale que no es su culpa. Déle mucho amor, hágale sentir cómodo y tranquilo. Si usted está enojado(a), hágale saber a su hijo que el enojo no es con él y que lo va a ayudar siempre. Dígale que es valiente por haber comunicado el hecho y que entiende el temor que siente. Esto es especialmente importante si un amigo de la familia o un familiar fue el abusador.

2. Hágase cargo de la situación. Proteja a su niño contra más abuso.

3. Discuta el problema con un pediatra y un consejero para que el menor reciba la atención necesaria.

4. Reporte el abuso a la policía o a una institución local para la protección de menores.

5. Pida ayuda sobre cómo recibir apoyo durante una crisis.

Fuente Centro Nacional de Equidad de Género y Salud Reproductiva

RDP III
8

Daños irreversibles

Al respecto, la doctora Feggy Ostrosky, jefa del Laboratorio de Neuropsicología de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), advierte sobre los efectos a nivel cerebral que sufre un niño cuando la magnitud del maltrato físico o psicológico, así como el abuso sexual, le generan un alto nivel de estrés: "Se ha visto que los daños emocionales provocan a su vez daño en estructuras del cerebro. El estrés que experimenta el niño es tan tremendo que detona la producción de una sustancia llamada cortisol (su función es permitir al individuo actuar ante una situación de peligro o de riesgo; provoca dilatación de pupilas y latidos rápidos del corazón) que, cuando se produce en edades tempranas y con frecuencia, afectan al hipocampo y a la amígdala, estructuras cerebrales encargadas de desempeñar funciones de memoria y de procesamiento de emociones, respectivamente. Al quedar afectadas, se provoca un daño irreversible a nivel cerebral".

Dónde solicitar información y ayuda

Unidades de Asistencia e Integración Social del DIF
http://dif.sip.gob.mx
Tel. 5605 6511

Asociación para el Desarrollo Integral de Personas Violadas, A.C.
http://www.laneta.apc.org/adivac/html/index.html
Tel. 5682 7969

Centro Nacional de Equidad de Género y Salud Reproductiva
http://www.generoysaludreproductiva.gob.mx/
Y también:
http://www.generoysaludreproductiva.salud.gob.mx/
Tel. 5263 9100

Con el paso de los años, el abuso sexual infantil puede generar trastornos límite de la personalidad, es decir, las personas perciben las situaciones en términos extremosos, todo es bueno o malo y, sobre todo en el caso de las mujeres, éstas son impulsivas, emocionalmente inestables y sus relaciones interpersonales son caóticas, pasan del amor al odio intempestivamente, presentan depresión sin causa aparente, ansiedad, pensamientos suicidas, automutilación y otros trastornos.

El abuso sexual infantil también puede tener como consecuencia agresión, delincuencia, hiperactividad y consumo de drogas. Más aún: es frecuente que con el paso de los años estas víctimas se conviertan a su vez en abusadores de niños. "El daño en el cerebro permanece inclusive cuando el recuerdo traumático ha desaparecido (recordemos que las estructuras dañadas justo tienen que ver con funciones de memoria y procesamiento de emociones)", indica la especialista. "Se ha observado que mujeres con antecedentes de violación sexual en la niñez tienen el hipocampo más pequeño y pueden no acordarse del evento."

Existen otras causas relacionadas con la personalidad límite, por lo que es fundamental el diagnóstico certero para determinar el origen y brindar el tratamiento psiquiátrico y la terapia de grupo necesarios para que estas personas que no recibieron ayuda oportunamente puedan integrarse mejor en la sociedad: "A través de técnicas de resonancia magnética, es posible estudiar y diagnosticar los casos de maltrato y abuso al obtener imágenes cerebrales en las que se observa que el hipocampo del lado izquierdo del cerebro es 20% más pequeño", explica la doctora Ostrosky.

La doctora Ostrosky también hace énfasis en lo siguiente: "En casos de violación sexual en menores de seis años, se ha podido determinar que el daño cerebral es más severo en niños que en niñas de la misma edad, en consecuencia los trastornos pueden ser más importantes. A menor edad del pequeño que es violado sexualmente, es mayor el daño generado".

> "El abuso sexual infantil también puede tener como consecuencia agresión, delincuencia, hiperactividad y consumo de drogas."

Frente a un abusador, el niño se enuentra en total desventaja física, psicológica y emocional, incapacitado para repeler el uso de la fuerza bruta, las amenazas y/o el chantaje de que es víctima.

Enemigo cercano

A falta de cifras nacionales, la doctora Feggy Ostrosky refirió datos de Estados Unidos, los cuales señalan que una de cada cuatro niñas y uno de cada ocho niños menores de 14 años son agredidos sexualmente en ese país. En más del 90% de los casos los agresores sexuales son hombres (las mujeres se "inclinan" por el maltrato físico hacia los pequeños), en su mayoría integrantes del círculo familiar primario (padre, padrastro, hermano, primo, tío, abuelo) o individuos conocidos en los que el niño confía.

Es natural que ante una situación de abuso por parte de alguien con quien el niño mantiene lazos afectivos, el pequeño se encuentre muy confundido y sin saber cómo enfrentar el problema. Muchas veces se siente culpable por lo que le está ocurriendo, y ante la presión del pederasta, el pequeño permanece callado por miedo a la reacción familiar, a ser castigado por participar en "algo muy malo", a que lo castiguen, lo corran de casa o a que el pederasta cumpla con alguna de sus amenazas y lastime a un ser querido.

Nahum Cortés, licenciado en psicología por la UNAM, orientador familiar y director del centro PSYDEH (Psicología y Desarrollo de Habilidades), señala que en otros casos "el niño puede creer que el abuso es una expresión de afecto. Si familiarmente no tiene otro modelo afectivo, es decir, si los padres son distantes, es posible que el pequeño termine aceptando lo que sea por su necesidad natural de contacto afectivo, y si una persona se la brinda, aunque sea de esta manera perversa, el niño puede aceptarla y asumir que esa es una forma de cariño, a pesar del maltrato físico y psicológico que paralelamente pueda estar sufriendo".

Lo cierto es que los niños perciben la sexualidad de manera diferente a los adultos. El niño se rige por el principio del placer: si disfruta de una situación querrá más estímulos. De acuerdo con Nahum Cortés: "Por esta razón los niños abrazan y dan besos, se acercan, pero estas manifestaciones carecen de contenido sexual. Es el adulto quien puede aprovechar tal cercanía y las expresiones afectivas del pequeño para satisfacer un impulso sexual, en este caso perverso, porque el niño es incapaz de compartir las mismas intenciones".

"Desde cualquier ángulo que se le pretenda ver, la relación con fines sexuales expresada hacia los niños es perversa, insana. Un adulto que goza de salud mental no concibe relaciones de tal índole. Por ello la pederastia se considera una patología, y el pedarasta es el responsable exclusivo de las decisiones que toma con respecto a su

El perfil del pedófilo

De acuerdo con el Manual de Diagnóstico de los Trastornos Mentales (DSM-IV), la pedofilia se considera una parafilia y está ubicada dentro de la categorización mayor de Trastornos sexuales y de la identidad sexual.

Los síntomas derivados de este trastorno incluyen fantasías recurrentes y muy excitantes, impulsos sexuales o comportamientos que implican actividad sexual con niños menores de 14 años. La patología se presenta en hombres y mujeres, aunque en la gran mayoría de los casos (90%) se trata de individuos del sexo masculino, y para considerarse como un trastorno, el abusador ha de tener por lo menos cinco años más que el niño.

No obstante que el DSM-IV indica que estas fantasías e impulsos sexuales provocan un malestar clínicamente significativo o un deterioro social, laboral o de otras áreas de la actividad del individuo, es posible observar conductas menos marcadas e incluso casos en los que no existe malestar significativo al respecto. Es decir, los pedófilos no necesariamente son personajes turbios y marginales: muchos de éstos se encuentran bien integrados en la sociedad, pueden ser personas exitosas, padres de familia y percibirse como moralmente confiables dentro de su círculo familiar y social.

Muchos pederastas tienen sentimientos de inseguridad y autoestima baja que les impiden sostener relaciones interpersonales adecuadas con los demás, por ello prefieren a los niños, a quienes pueden controlar y manipular con facilidad. Un alto porcentaje de éstos han sufrido abusos o violaciones sexuales de pequeños y reproducen el esquema ahora en el papel de victimarios. Otros disfrutan humillando y doblegando a los niños, quizá porque en la infancia padecieron el desprecio de otros chicos. Muchos más tienen una visión retorcida sobre el sexo y la expresión de la sexualidad, por lo que convierten a los niños en objetos de deseo.

El pedófilo puede ser heterosexual, homosexual o bisexual, así como exclusivamente pedófilo o no. También se le reconocen dos tipos de conductas: sentimental homo erótica y agresiva heterosexual. El sentimental homo erótico manifiesta poco interés por las mujeres y se concentra en el intercambio de caricias con un niño para alcanzar el orgasmo. Por su parte, el agresivo heterosexual intenta satisfacer sus impulsos con niñas, con métodos que van desde la seducción al uso de la violencia que puede poner en riesgo la vida de su víctima.

El *modus operandi*

Los pedófilos se valen de distintas artimañas para abusar de niños y niñas, integrarlos en redes de prostitución infantil y/o para elaborar pornografía. Es fundamental que principalmente los padres, maestros y los mismos niños conozcan las formas como operan los abusadores para estar alertas y mejorar la seguridad de los pequeños.

El común denominador es que el pedófilo busca un acercamiento físico con el niño. Éste aplica especial empeño en ganarse la confianza del menor con mimos y regalos, lo colma de atenciones para generar en él un sentimiento de gratitud y de reciprocidad (que suele ser alentada por los propios padres del niño cuando el individuo es cercano a la familia). Pronto el pedófilo encontrará la oportunidad de quedarse a solas con el pequeño para abusar de él, luego lo obligará a guardar silencio mediante la amenaza y el chantaje, situación que puede prolongarse durante mucho tiempo si nadie interviene en auxilio del niño.

Alerta roja

En fechas recientes, el periódico español *El País* publicó un artículo que alertaba sobre el incremento del número de pederastas que se valen de internet para detectar víctimas infantiles a través de los chats y correos electrónicos.

En uno de los párrafos, Luis Gómez, autor del artículo, escribe: "¿Qué seguridad tiene usted de que su hijo o hija no esté en contacto con un pedófilo a través de internet? Ninguna. Quizás si observa que el niño está cambiando de humor, duerme mal, pierde el apetito o llora por cualquier cosa deba preguntarle si se relaciona con amigos por internet y si los conoce. Una niña asturiana de 13 años mostraba estos síntomas, agravados finalmente por un intento de suicidio. El origen de sus males estaba en el ordenador. Un adulto desde Brasil la estaba acosando."

El texto advierte sobre la proliferación de páginas web de pornografía infantil: "Unas páginas conducen a otras, los enlaces viajan hacia foros y comunidades, donde el nivel es más elevado, los menores son más pequeños y las imágenes más duras". Así, los pederastas han encontrado nuevos escenarios para abusar de niños y niñas. En los chats se hacen pasar por chicos en busca de amigos, obtienen de los pequeños información valiosa para sus fines, planean encuentros con ellos o les piden fotos provocativas (que suelen compartir con otros pederastas) bajo amenazas muy serias. Los acosan sin descanso. El fenómeno recibe el nombre de *grooming* y ya se persigue como delito en España.

Fuente "Pederastas: mucho ruido y poca cárcel", *El País*, 3 de febrero, 2008.

Lugares de riesgo

Cualquier lugar al que acude un niño es propicio para un pederasta. Se reporta su presencia principalmente en cines, centros comerciales, establecimientos de “maquinitas”, colegios y parques, iglesias, casa (al menos uno de cada tres abusos sexuales a menores se cometen en el entorno familiar y el victimario suele ser un pariente cercano), zonas marginales, donde se aprovecha de las carencias de los niños para abusar sexualmente de ellos, y recientemente en internet. Una recomendación importante es acompañar siempre a los niños al baño en lugares públicos.

padecimiento, pues siempre está la opción de pedir ayuda para recibir el tratamiento adecuado", enfatiza Nahum Cortés.

Por tanto, no obstante los argumentos exculpatorios de los pederastas y de sus abogados defensores, los especialistas entrevistados coinciden en que es imposible pedir a un niño que se responsabilice por su sexualidad, pues el pequeño se encuentra en proceso de formación de su personalidad, todavía en la etapa de adoptar modelos para forjarse criterios futuros. Así, la responsabilidad absoluta de salvaguardar la integridad física y mental de un niño recae en los adultos con los cuales se relaciona.

Cómo enfrentar el problema

Lo ideal es prevenir hasta erradicar cualquier tipo de violencia hacia los niños. En la realidad es necesario que ante un caso de abuso sexual infantil comprobado se actúe de manera inmediata. En primera instancia, es esencial que los papás o personas encargadas de auxiliar al niño conserven la calma para no provocarle un daño mayor. Al respecto, la doctora Feggy Ostrosky observa lo siguiente: "Existen distintos niveles de abuso, y es posible que éste se haya presentado de manera aislada, sin que el niño lo viva como una experiencia traumática".

En estos casos la reacción violenta de alguno de los padres puede hacer sentir al niño que fue cómplice de una situación vergonzosa y generarle culpa, sobre todo si su confesión provoca un conflicto dentro de la familia por el tipo de vínculo con el agresor.

Cuando un niño sufre un situación de mucho estrés (en este caso abuso o violencia sexual) y permanece callado, la manera en que externa la tensión que vive es a través de cambios de conducta, a saber:

- Miedos y fobias que antes no tenía.
- Bajo rendimiento escolar.
- Falta de concentración en general.
- Trastornos de la alimentación y del sueño.
- Conductas agresivas y violentas.
- Aislamiento.
- Regresiones a etapas más tempranas de su infancia (habla como bebé, se orina cuando ya no lo hacía).
- Demostraciones de una combinación de violencia e hipersexualidad en sus dibujos (los genitales aparecen enormes), juegos y lenguaje.
- Autoagresión (se golpea, se corta o se quema para lastimarse).
- Pueden aparecer enfermedades de tipo psicosomático, que son la expresión del conflicto emocional a través de síntomas físicos.

La atención psicológica y/o médica debe ser oportuna para evitar secuelas posteriores. De acuerdo con Nahum Cortés, en terapia se trabaja con la expresión de las emociones del niño para aliviar sentimientos negativos como la culpa, y también con los papás para asesorarlos sobre el manejo de la situación: "Es importante elevar la autoestima del niño y generarle nuevamente un entorno de protección y confianza. Eso es lo que un pequeño necesita para estar y sentirse bien: un entorno protegido y tener cerca a las personas que quiere y lo quieren".

De no hacer nada al respecto, el niño crecerá con una visión distorsionada sobre la sexualidad, asumiendo una culpa que no es suya, con resentimientos y baja autoestima pues su percepción es que no mereció que le prestaran atención ni lo ayudaran, sintiéndose traicionado por las personas de las que espera amor y protección. Y, como ya se mencionó, las repercusiones a nivel personal, interpersonal y social pueden ser muy graves.

Obstáculos para la prevención

A pesar de los escandalosos casos reportados por la prensa sobre violaciones sexuales a niños y la denuncia de redes de pederastia que explotan sexualmente a menores; a pesar de la labor de organismos internacionales como la Organización de las Naciones Unidas (ONU), el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) y de instituciones nacionales como el DIF y de otras organizaciones sociales que llevan a cabo esfuerzos programados para terminar con la violencia hacia los niños, la respuesta social no ha sido suficiente para frenar este problema que hoy afecta a miles de pequeños en nuestro país.

La prevención se hace difícil si se estima que un importante número de casos permanecen ocultos, lo cual provoca que las víctimas infantiles no reciban atención y los pederastas permanezcan libres para seguir causando daño a más niños. Además está la doble moral no tan infrecuente en el país con respecto a la sexualidad: uno de los muchos ejemplos es que por un lado se censura la referencia a palabras como pene y vagina, pero se tolera la circulación de todo tipo de pornografía.

Nahum Cortés señala: "Existe una oferta sexual muy amplia, aunque

> "Existen distintos niveles de abuso, y es posible que éste se haya presentado de manera aislada, sin que el niño lo viva como una experiencia traumática."

siempre enmascarada, un basto material pornográfico que circula con mucha facilidad y por lo mismo resulta accesible a todas las personas, adultos y niños". Y añade: "La información sobre sexualidad no proviene de casa. Son pocos los padres que se sientan en la tranquilidad del hogar para hablar con sus hijos e hijas de los cambios que sufrirán en su cuerpo y de la importancia de ejercer su sexualidad de manera sana y responsable, para evitar riesgos de salud o embarazos no deseados, y desde luego para prevenir daños a la integridad física propia y la de otros".

No obstante, eludir tal responsabilidad paterna llevará a los hijos a encontrar la información que requieren de la peor manera, mediante la pornografía impresa o en internet, versiones distorsionadas de amigos e información fragmentada procedente de películas y programas televisivos con alto contenido sexual.

El estimulo sexual proveniente de esta distorsión informativa puede ser catastrófico en la pubertad y en la adolescencia, cuando los cambios físicos y psicológicos generados de manera natural por la actividad hormonal propia de esta etapa llevan a los chicos a explorar el territorio de la sexualidad con una serie de falsas creencias e imágenes retorcidas sobre el sexo con otras personas. Al respecto, un dato revelador: el 90% de los atacantes de niños son hombres, la mayoría adolescentes y adultos jóvenes.

La opción es informar adecuadamente a los hijos acerca de la sexualidad: "Hay que perderle el miedo al cuerpo. ¿Por qué debiera ser malo enseñarle a un niño cómo funciona su cuerpo, cuáles son las partes que lo conforman y cuáles son los cuidados que debe darle?", se pregunta Nahum Cortés.

Hoy un pequeño está expuesto a una mayor cantidad de peligros (tráfico de niños, pornografía infantil, violencia, explotación laboral infantil) en comparación con lo que sucedía en décadas pasadas. Por lo mismo se le debe proporcionar más información para que ésta le permita relacionarse de una manera más sana con su entorno.

"El niño requiere información sobre su cuerpo y su sexualidad, información que debe proporcionársele de acuerdo con su edad."

Factores de protección

Más allá de lo anterior, aunque existen programas de salud bien estructurados, no se cuenta con modelos de prevención específicos contra el abuso sexual infantil, y tampoco los hay a nivel psicológico: "En cualquier tipo de situación de riesgo se trabaja con factores de protección, es decir, habilidades psicosociales o de conducta que se enseñan a los niños para enfrentar y ponerse a salvo de eventos que impliquen un riesgo, como consumo de sustancias tóxicas, relaciones peligrosas o abuso", explica el director del centro PSYDEH.

De acuerdo con Nahum Cortés, éstos son los factores de protección que los padres pueden brindar a sus hijos pequeños para que los menores cuenten con herramientas de defensa ante un caso de abuso:

Expresión de emociones. Es fundamental enseñarle al niño a reconocer sus emociones ante determinada situación (alegría, tristeza, enojo, miedo) para que pueda expresar lo que le sucede y actuar en consecuencia.

Información. El niño requiere información sobre su cuerpo y su sexualidad, información que debe proporcionársele de acuerdo con su edad.

Comunicación. Es necesario hacerle saber al niño que puede expresar con libertad sus emociones y sus ideas, decidir sobre las cosas que le pertenecen: su cuerpo, sus objetos, sus espacios, y que puede decir no a una situación que no le guste o que perciba riesgosa.

Fortalecer su autoestima. Un niño con un perfil bajo, introvertido, tímido, es el tipo de personalidad que busca un abusador, pues las personalidades vulnerables le facilitan sus fines. Por tanto, es necesario enseñar al pequeño a tener seguridad, a sentirse amado y protegido, a poner límites ante otros miembros de la familia (incluso adultos), y a saber que se respetan sus decisiones.

Al contar con estos factores de protección el niño tendrá mayores oportunidades de prevenir un intento de abuso, y la confianza para denunciarlo cuando ocurra, con la seguridad de que va a recibir comprensión y apoyo, no regaños ni descrédito. La tarea de proporcionar estas herramientas a sus hijos recae exclusivamente en los padres de familia. No existe otra figura (ni pública ni privada) que pueda asumir tal responsabilidad.

Pero salvaguardar la seguridad e integridad de los niños en nuestro país, terminar con los distintos tipos de violencia de la que son víctimas, nos compete a todos. "Ignorar el problema", señala la doctora Ostrosky "sólo provocará que en el futuro éste nos dé una bofetada a todos como sociedad".

Fuentes Entrevistas con Feggy Ostrosky, jefa del Laboratorio de Neuropsicología de la Facultad de Psicología de la UNAM y Nahum Cortés, licenciado en psicología por la UNAM, orientador familiar y director del centro PSYDEH • *Mujeres y hombres en México*, INEGI, 2007 • *Código Penal Federal* • *El País*, febrero 3, 2008 • *José y Luisa aprenden sobre abuso sexual*, Editorial Idéame, 2008 • www.unicef.org/spanish • www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/000935.htm

Esta sección está destinada a plantear, discutir, cotejar, enfrentar y presentar ideas relacionadas con el consumo que cotidianamente vivimos. Los textos que ofrecemos en estas páginas tienen como intención pensar el consumo de nuevas formas, desde diversos puntos de vista y desde distintas posiciones: desde las más conservadoras hasta las que pueden parecer radicales.

Buscamos llevar estos temas hacia un terreno del que se desprendan acciones concretas y, sobre todo, del que vaya desarrollándose una nueva cultura: la del consumo inteligente. Creemos firmemente en el enorme valor y en el peso que puede tener, sobre la vida cotidiana y sobre la economía, el hecho de que los ciudadanos seamos conscientes de nuestro poder como consumidores.

En vista de la amplia gama de posibilidades que ofrece un espacio como éste, nos parece pertinente subrayar que los puntos de vista aquí vertidos no reflejan, necesariamente, la postura o la ideología de Profeco como institución, ni se asocian, de entrada, a iniciativas individuales de quienes laboran en ella. Dada la naturaleza de nuestra misión, estamos obligados a aceptar y a dar voz a las diversas opiniones y puntos de vista sobre el consumo, para dar cabida al enriquecimiento en el diálogo y la exploración mutua. Eso nos hace sentir orgullosos y confiere mayor valía a nuestros esfuerzos.

Esperamos que nuestros lectores encuentren aquí un eco a sus reflexiones, para fortalecer su poder como consumidores inteligentes.

Harry Potter
no hace verano

Por Ana Cecilia Terrazas

Un libro es un libro, y puede gustar o no. Por su naturaleza, un título es único, se compra una sola vez, no es un producto de consumo habitual que hay que reponer como si de zapatos se tratara. Sin embargo, para compensar lo anterior, desde hace algunas décadas la industria editorial se las arregla para fabricar éxitos editoriales de consumo masivo (que pueden ser leídos incluso por quien no está acostumbrado a leer). ¿La razón? Negocios son negocios, dirán los responsables. Al margen de la mercadotecnia, por méritos propios, ¿cuán valiosos son *El Código DaVinci* o todas las aventuras de Harry Potter?

El lector o lectora de las presentes líneas tiene 95 posibilidades en 100 de haber leído, durante el año pasado, dos, tres, acaso cuatro libros completos, no más. Esto, ya que, estadísticamente –junto con la gran mayoría de la población– es probable que pertenezca al sector de los llamados lectores ocasionales, aquellos que leen solamente de vez en cuando.

Y es factible también, en un 70%, que esos tres o cuatro libros leídos hayan sido publicados por alguno de los 20 consorcios editoriales que controlan la industria del libro en el planeta.

Este lector o lectora virtual, que sirve como ejemplo para citar las cifras ofrecidas por Fernando Escalante Gonzalbo en su más reciente texto *A la sombra de los libros. Lectura, mercado y vida pública* [(1)], y al cual se hará referencia a lo largo del presente, seguramente se interesó por el contenido o por el autor que leyó, a través del periódico, la televisión o la radio. Todo esto porque los imperios editoriales mencionados son dueños, a la vez, de multimedios de comunicación, electrónicos e impresos, en todo el mundo. Lo anterior debido a que en este arranque de siglo XXI y desde finales del siglo pasado, los libros son ya parte de un *star system* o negocio del espectáculo bien articulado, y pertenecen en su mayoría a la industria compleja del marketing, asegurada por cadenas de resonancia cuya columna vertebral es vender cientos de miles de volúmenes.

Premiaciones súbitas a ciertos autores; entrevistas en radio, televisión; críticas a veces acríticas en suplementos literarios; el éxito, prestigio y fama, con frecuencia forzados en los medios de comunicación, son solamente algunas de las formas empresariales para asegurar tirajes masivos. "El negocio de los libros se ha convertido en un gran negocio, incorporado a la industria del espectáculo".

Los *best-sellers*, dice Escalante Gonzalbo, se deben en gran parte a esa industria "con unas cuantas celebridades y una forma de reflexión que pasa, sin merma ni menoscabo, de las páginas de una revista a un programa de televisión o a una charla o que puede resumirse en un lema publicitario". Y sigue:

"... las empresas que producen los libros forman parte con frecuencia de conglomerados que reúnen editoriales, revistas, periódicos, estudios de cine, cadenas de radio y televisión; es decir: no son sólo editoriales sino consorcios de comunicación –de industria cultural, de la industria del espectáculo, como se prefiera– que ocupan y de hecho acaparan buena parte de la vida pública..."

El autor arriesga una fecha simbólica a partir de la cual despega exponencialmente este tipo de desarrollo editorial, antes más apegado al particular mercado del arte: Fue "en octubre de 1959, cuando comienza a cotizarse en la Bolsa de Nueva York una primera emisión de acciones de la editorial Random House".

En *A la sombra de los libros*, se nombran con exactitud los contados consorcios internacionales –sus filiales y asociadas– que abarcan el 70% del mercado del libro. A saber:

Bertelsman/Random House, Holtzbrinck/GmbH, Hachette Book Group, Murdoch/Harper Collins, Pearson Group, CBS/Simon & Shuster, Disney/Hyperion, Lagardère/Hachette, Editis, Média-Participations, Flammarion, Le Seuil/La Martinière.

Para el mercado en español están: Grupo Planeta, Grupo Santillana (Prisa), Grupo Anaya (Lagardère/Hachette), Random House/Mondadori (Bertelsman), así como otros grupos como RBA, ZETA, SM, Océano, Anagrama y Tusquets.

Algunos escándalos, evidentemente documentados, dan cuenta de ciertas confabulaciones entre las celebridades en torno del libro, los premios, los medios de comunicación, los contratos y las ventas. En 1997 la Editorial Planeta fue acusada de manipular a un jurado respecto del premiado autor Ricardo Piglia, caso en el que se llegó a involucrar hasta a la Suprema

> "El negocio de los libros se ha convertido en un gran negocio, incorporado a la industria del espectáculo."

(1) Escalante Gonzalbo, Fernando, *A la sombra de los libros. Lectura, mercado y vida pública*, México, El Colegio de México, 2007.

Corte de Argentina, que dictó una interesante sentencia: "Piglia", o más específicamente sus obras, "no debió postularse para la obtención del premio, pues se encontraba vinculado contractualmente con la empresa editora Espasa Calpe Argentina desde el mes de junio de 1994 para el aprovechamiento económico futuro de los derechos emergentes de diversas obras..."

Y más de esa sentencia:

"Piglia había transferido por título oneroso la producción literaria por la que cobró 50 mil dólares al firmar el contrato de junio de 1994 y otros 50 mil un año después, pero dicha producción no había producido el rédito inicialmente previsto, de manera que se vislumbró la posibilidad cierta de una razonable recomposición patrimonial mediante la adjudicación del premio correspondiente al año 1997".

De esos escándalos hay más, son menos evidentes para los no iniciados, pero hasta ahí la ejemplificación.

El caso es que los sistemas puramente de mercancía que llevan a ciertos autores y a determinados títulos a la efímera sobreexhibición tienen como blanco perfecto a los lectores ocasionales.

Esta clasificación no implica mayor sofisticación que el tomar en cuenta cuántos libros y con qué frecuencia lee una persona al año. Así, los lectores habituales son quienes leen todos los días, quizá leen un par de libros al mes y mínimamente leen una treintena de libros al año.

Un lector ocasional, en cambio, como al principio se dijo, lee solamente en ciertas ocasiones y quizá no lea más de cuatro títulos anuales.

Otra categoría que señala Escalante Gonzalbo es la de los no lectores. Estos son quienes"ni leen ni quieren leer ni piensan que sea importante la lectura". Inclusive en países de altos niveles de lectura como Alemania,"puede contarse hasta un 46 por ciento de no lectores, aquellos a quienes simplemente eso no les interesa ni les interesará".

> "La lectura sigue siendo un acto solitario y callado que genera en sus vidas cotidianas un espacio íntimo, separado, individual, incluso en las circunstancias más improbables –una sala de espera, un vagón de tren."

Para alcanzar altas metas comerciales con el libro, la fama es fundamental, y "para fabricarla, cuando no la trae consigo el autor, las compañías editoriales tienen que colonizar los espacios que sirven de referencia habitual para saber de libros: suplementos de periódicos, revistas, programas culturales de radio o televisión, librerías, premios; ese proceso es el que da motivo a la mayor parte de los escándalos del mundo editorial (Reseñas `publicitarias´, premios arreglados y demás) porque implica subordinar a la lógica comercial los mecanismos de valoración del campo literario".

En suma, quien esto lea es posible que sea un consumidor de libros seducido por"la consagración pública de un nuevo tipo de escritor, sea novelista o filósofo o historiador, que debe su influencia a su popularidad y que tiene prestigio precisamente porque no es ni muy original ni muy difícil de entender...".

Que murmuren

Es un hecho la notoria escasez en México de lectores habituales; pero es imprescindible fomentar su existencia así como la de la cultura del libro que no significa aumentar el número de libros que se lean ocasionalmente ni que se incremente brutalmente el número de tirajes.

Para esos lectores habituales, continúa Escalante, "la lectura sigue siendo un acto solitario y callado" que genera en sus vidas cotidianas un espacio "íntimo, separado, individual, incluso en las circunstancias más improbables –una sala de espera, un vagón de tren".

Esa minoría –que se calcula en México no rebasa las 500 mil personas mientras que en Alemania, por ejemplo, puede ser cerca de 33% de la población, es decir, más de 20 millones- está acostumbrada al aislamiento, "a alejarse del mundo, lo que le permite verlo y verse a sí mismo desde una perspectiva diferente".

El autor también explica que este sector marginal acostumbrado a la lectura todos los días no subordina su selección literaria a los movimientos ni a los oropeles del mercado.

“Cuanto mayor sea el público que participa en el diálogo culto, más probable será que esas discusiones y esas formas de reflexión de origen libresco encuentren eco en la conversación general.”

Otras características que otorga Escalante Gonzalbo a la cultura del libro forjada fundamentalmente por los lectores habituales son: “la configuración del espacio público en la medida en que mantiene formas de reflexión irremplazables y los modos de diálogo que transforman la conciencia social. Cuanto mayor sea el público que participa en el diálogo culto, más probable será que esas discusiones y esas formas de reflexión de origen libresco encuentren eco en la conversación general.Y eso afecta de inmediato a la calidad de la vida pública”.

Por tanto, “el que diez o quince millones de personas, las que lean un libro al año, leyesen, dos; que aparte de leer a Dan Brown hojeasen también un Harry Potter, es un gran logro de ventas (diez millones de libros vendidos, leídos) y no sería nada”.Y no serviría para nada puesto que esa `golondrina´ lectora no haría un campamento de verano en la vida pública que pudiera traducirse en prácticas críticas de lectura y de pensamiento que permearan en las pláticas, en las políticas, en las reflexiones argumentadas y argumentables.

Como política pública sin demagogia, propone Escalante, más que incrementar el número de libros leídos por persona, estimular el que la lectura como práctica concreta esté socialmente estructurada y que existan las condiciones que favorezcan la existencia de lectores habituales junto con “el complicado sistema de referencias –educación, críticas, librerías, bibliotecas, suplementos culturales, espacios de lectura y discusión, variedad de editoriales –que sobrevive a contracorriente de la gran industria editorial, y que permite una práctica de lectura que va algo más allá del entretenimiento”.

Se entiende pues, la lectura, como un conjunto de prácticas sociales que tiene como eje precisamente la lectura de libros, pero que no se limita a eso, sino que tiene un impacto característico sobre la estructura de la vida pública.

Gabriel Zaid en *Los demasiados libros* [2] asegura que se lee para ser ignorantes “a sabiendas”y para poder citar“yo sólo sé que no he leído nada” aunque se hayan leído miles de títulos en la vida.

El historiador Mauricio Tenorio, quien reseña el texto de Escalante en el suplemento *Hoja por hoja* de febrero, propone que se lee para que los oligopolios del libro no perfilen por sí solos las culturas nacionales y para que tengamos otras formas de diálogo “propias de la cultura del libro. Para leer y para no dejar de leer, para que continúe, aunque a murmullos, el hablar de libros”.

El prestigiado académico Rafael Segovia escribió en el periódico *Reforma* el 7 de diciembre del 2007 que inclusive cuando algunos textos que nos rodean son más“exabruptos” que “literatura”, “los libros se prestan a la discusión, son materia opinionable, son la memoria de la vida pública”.

En la revista *Nexos* de febrero de 2008, hablando también del multicitado libro, el economista Ciro Murayama concluye que la apuesta por los lectores habituales es importante en México porque “no sólo se han erosionado las condiciones para la movilidad social sino que se va haciendo también más difícil superar las desigualdades culturales, y que el capital cultural familiar se vuelva cada vez más determinante, lo que no deja de ser un fracaso social, colectivo”.

Quizá salte a la vista lo difícil de remontar y lo polarizante que puede ser para una sociedad la tan marcada brecha entre el 5% y el 95% de la población (como en México entre lectores habituales y lectores ocasionales o no lectores) cuyas herramientas para dialogar, seleccionar su consumo, comprender, conversar y convivir pueden ser tan opuestas.

(2) Zaid, Gabriel, *Los demasiados libros*, Barcelona, Anagrama, 1996.

Mercancía inusual

Tornillos, dentífricos o pantalones de mezclilla pueden adquirirse en cualquier mercería, supermercado o tienda departamental. Los hay de las más variadas características y calidad, pero cualquiera de los tres productos sirve para satisfacer necesidades determinadas: armar o ensamblar materiales, mantener la higiene bucal, vestir.

Con los libros no ocurre así. Buscarles directamente una "utilidad" como si fuesen cualquier producto de consumo es básicamente un absurdo.

El libro de Escalante Gonzalbo –remata Tenorio en la reseña citada anteriormente–"no es una mercancía cualquiera, aún posee autoridad moral y social y es un producto público".

El 6 de septiembre de 2006, el propio Fernando Escalante escribía en el periódico *Crónica*, para evidenciar –como lo había hecho públicamente en otras ocasiones– la impertinencia del veto a la llamada Ley del Libro (y al precio único para el libro que en ésta se suscribía) por el ex presidente Vicente Fox:

"... La diferencia fundamental que caracteriza al mercado editorial es la cantidad y variedad de títulos y el hecho de que sean estrictamente incomparables, únicos: un libro no es nunca cualquier libro, no se puede sustituir por otro cualquiera y tampoco se puede repetir la compra, como se hace con una marca de galletas. Normalmente, si alguien ya compró un libro no lo volverá a comprar, y si a uno no le gusta un autor o no le interesa un tema no comprará el libro, por muy barato que se lo ofrezcan..."

Los artilugios de la mercadotecnia aplicados a las diversas industrias pueden convencer a muchos de muchas cosas. Pero hay que insistir en que esto no hermana jitomates o *blue jeans* con libros; que estos últimos finalmente pertenecen al mercado del arte y de la creación y, de buena o mala calidad, son creaciones únicas y única su asimilación por parte del lector: "... los libros tienen un valor adicional al de su posible utilidad o disfrute como objetos de consumo, un valor simbólico convencionalmente atribuido a la vida intelectual, y a los escritores en particular, que perdería todo fundamento si se pensara que no hay ni vocación ni dedicación al espíritu sino un simple negocio".

A la sombra de los libros, un libro sobre libros, sobre prácticas de lectura y mercado editorial, se presentó el pasado 30 de noviembre, a las 18:30 horas, en la Ciudad de México, en un sitio que ha logrado reunir a lectores de todo tipo e incluso a curiosos de la cultura; la agradable librería del Fondo de Cultura Económica "Rosario Castellanos" de la colonia Condesa.

Al acto, con puntualidad mexicana, asistieron unas 20 personas. Dicen las estadísticas que es posible que una de esas 20 fuera un lector o lectora habitual.

En ese mismo momento, en otra parte del país, se llevaba a cabo la reunión más exitosa y resonante en cuanto a celebridades del negocio del libro se refiere, la Feria Internacional del Libro de Guadalajara, que diariamente recibía un promedio de 62 mil visitantes.

Esa tarde en el Distrito Federal, de manera sencilla pero letrada, con datos contundentes, producto de una honda investigación y del conocimiento experiencial por su forma de vida como lector habitual, se escuchaba la ponencia de Escalante Gonzalbo quien para terminar citó al ensayista Gabriel Zaid platicando con algún secretario de Hacienda: "Dígame usted don Gabriel, ¿por qué tengo que dar un trato distinto a los libros y no a los que producen pantalones de mezclilla". Zaid contestó: "Señor secretario, si no ve usted la diferencia, va a estar muy difícil que yo se la explique".

Ana Cecilia Terrazas Valdés es licenciada en Comunicación por la Universidad Iberoamericana. Directora del Sistema Nacional de Noticiarios desde julio de 2002. Ha ejercido el periodismo como editora, reportera y conductora. Editora y reportera de la Agencia Proceso (Apro), trabajó en el semanario *Proceso* durante 8 años y medio y ha colaborado en más de una decena de publicaciones periódicas en el país y fuera de éste, así como en diversos programas de televisión y de radio.

Es autora de *La prensa en la calle* junto con con Gabriela Aguilar (Ed. Grijalbo-UIA) y compiló el primer *Código de ética y Manual práctico de estilo radiofónico para el Sistema Nacional de Noticiarios del Instituto Mexicano de la Radio* (2003).

Próximamente...

Ropa sequecita

Como ya está próximo el tiempo de lluvias y secar la ropa después de lavarla se volverá más complicado, los expertos de nuestro laboratorio se dieron a la tarea de analizar la calidad de las secadoras de ropa que existen en el mercado. Le damos a conocer estos resultados.

Siempre guapos

Para que el señor de la casa ande siempre bien vestido con camisas de la mejor clase, le damos a conocer los resultados del análisis de calidad que los expertos de nuestro laboratorio llevaron a cabo en estas prendas, indispensables en el guardarropa masculino.

Embarazarse… cuesta

Además de mucho amor y cuidados, los niños que están por llegar al mundo requieren la previsión económica de los padres para que la atención médica se lleve a cabo del mejor modo y con toda la seguridad posible. En esta radiografía de los servicios le damos a conocer los costos asociados al nacimiento del nuevo miembro de la familia.

Atención fumadores

Fumar tiene muchos costos, pero el que se paga con el deterioro de la salud es el mayor. En esta entrega especial le damos las cifras relacionadas con todo aquello que gira en torno a los hábitos del fumador.

La *Revista del Consumidor,* publicada mensualmente por la Procuraduría Federal del Consumidor (**Profeco**), está destinada a informar y a orientar sobre temas de consumo. Información sobre suscripciones, ventas y contratación de espacios para mensajes institucionales en el teléfono 5553-0574. El contenido de los artículos firmados no necesariamente refleja la opinión de la revista ni de Profeco: se incluyen a partir de nuestros principios editoriales de búsqueda de pluralidad y diálogo entre corrientes de opinión. Está permitida la reproducción de los estudios del Laboratorio y/o los análisis de precios en cualquier otro medio que apoye la intención de informar a grupos más amplios de la población. **No se autoriza la utilización de la información publicada en la revista con fines publicitarios o comerciales.**
Los análisis de precios y los sondeos de preferencias de los consumidores se publican como una referencia válida para las fechas indicadas en cada caso y son independientes de las acciones de verificación y otras que Profeco lleve a cabo en el cumplimiento de sus funciones.
Certificado de licitud de título núm. 1127 y de contenido núm. 639, expedidos por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas el 30 de abril de 1981. Se reservan todos los derechos respecto del título de esta publicación conforme a la Unión Internacional de Derechos de Autor. Registrada como correspondencia de Segunda Clase por la Dirección General de Correos, con el número PP09-0336. Características 218621140. Distribución nacional. Impreso en los Talleres Gráficos de México, Canal del Norte 80, colonia Felipe Pescador, C. P. 06280, México, D. F. Distribución en el Distrito Federal por la Unión de Expendedores y Voceadores de los Periódicos de México A. C. Calle Guerrero # 50, Col. Guerrero, Tel. 5591-1400 y 5591-1401, a través del Despacho Everardo Flores Serrato, Serapio Rendón # 87, planta baja, Col. San Rafael, C.P. 06470, Tel. 5128-6670. Editora responsable: Julieta García. Tiraje: 60,000 ejemplares.

suscríbete

Aprovecha la **suscripción anual** y obtén **dos meses más ¡Gratis!**
Sólo **$300**

GanarSalud
La revista que **te cuida**

Pediatría • Adolescentes • Salud para Él y Ella • En Plenitud • Nutrición
Belleza • Del siglo XXI • En Pareja • Medicina del deporte y **¡Mucho Más!**

¡Suscríbete ya!: 5515 3825 ó 5515 3818. suscribete@ganarsalud.com

CRÓNICAS DE UN CONSUMIDOR COMPULSIVO
POR: TRINO
ASÍ LO QUERÍA VER, DON TRÁCALA... DESDIBUJADO
¿A MÍ?
¡SÍ, DESDIBUJADO DE LA VERGÜENZA POR SEMEJANTE IGNOMINIA!
¿IGNO-QUÉ?
¡EL OPROBIO! ¡EL ULTRAJE DEL QUE FUÍ VÍCTIMA ESTE DÍA DEL NIÑO DE PARTE SUYA!
¡AY!
YO ESTABA TAN TRANQUILO EN MI PLANETA "CONSUMITO"
CUANDO, DE REPENTE, APARECIÓ USTED DE LA NADA A VENDERME UN BORREGUITO... ¡LLÉVELO, BARATO!
AL VER QUE USTED ME PRESENTÓ EL BORREGUITO JUSTO COMO ME LO IMAGINÉ... SE LO PAGUÉ
¡PERO CUAL FUÉ MI SORPRESA!
¡ATIZA!
EL BORREGUITO NO BERREABA... NO HACÍA: BEEE
¡FUÍ ENGAÑADO... EL BORREGUITO ERA UN PASTELITO CREMOSITO!
¡COMIDA CHATARRA!
¡EN UN DÍA DE FURIA FUÍ A SU TIENDA CON MI METRALLETA!
¡SLAM!
¡Y ACABÉ CON EL ABUSO DE USTEDES LOS COMERCIANTES!
RAJATÁ TATA RATA
¡AAG! ¡NO! ¡POBRE DON TRÁCALA!
¡CHALE! ¡NO VUELVO A CENAR FUERTE Y LUEGO LEER EL PRINCIPITO Y LUEGO VER RAMBO EN LA TELE!
¡AYER LO SOÑÉ COMO DIBUJOS DE NIÑO DON TRÁCALA... Y YO LE PONÍA UNA RECIA!
PREGÚNTA TÉCNICA ¿ES CIERTO QUE DUERMES CON SOMBRERO?
TRINO

TV Revista del Consumidor

- **Tecnologías Domésticas**
- **Platillo Sabio a Domicilio**
- **Reportajes especiales sobre consumo**
- **Información sobre los mejores productos a los mejores precios... y todo lo que necesita saber para consumir mejor**

Transmitimos en todo el país en los horarios de RTC y ahora también por internet en http://media.terra.com.mx /consumidor.htm, todos los viernes a las 10:30 am.

Profeco

Alerta al consumidor

CUIDADO con los siguientes productos y prácticas comerciales

Correo electrónico falso de Banamex

La Procuraduría Federal del Consumidor detectó un correo electrónico fraudulento que utiliza el nombre de la institución bancaria Banamex. El correo es servicios@bancanet.com.mx y ofrece instalar o actualizar un software de Identificación Dinámica (NetKey) para "evitar" que defraudadores tengan acceso a la información confidencial del cuentahabiente.

Si usted recibe un mensaje de este tipo, no lo abra, pues lo que buscan los delincuentes es tener acceso a sus claves secretas para ser usadas con fines delictivos. Los sitios web en que los defraudadores le piden dar clic son:

www.banamex.com.mx/esp/contactenos.html
www.banamex.com.mx/serban/empresarial
http://bankos-unidos.com/banaamex

Denuncie cualquier anomalía en el departamento de antiintrusos de Banamex al 01-800-771-7171, reenvíe el correo a giso@banamex.com o mibonilgal2@banamex.com. Para mayor información comuníquese a Bancanet, al número telefónico 1226-3990 si vive usted en el D.F. y área metropolitana, al 01-800-110-3990 larga distancia sin costo desde cualquier punto del país, o consulte el sitio web www.banamex.com.

Que no lo sorprendan. Usted jamás recibirá ningún correo electrónico por parte de ninguna institución bancaria pidiéndole información de sus cuentas, por lo que se le recomienda no dar sus claves o contraseñas secretas bajo ninguna circunstancia: por correo electrónico, mensajes vía telefónica (celular), visita física a domicilio o fax, o de cualquier otra forma posible. Para mayor seguridad, tampoco agregue direcciones electrónicas bancarias en su navegador de internet.

Profeco le recomienda consultar los siguientes vínculos para evitar abusos y fraudes en línea:

http://www.profeco.gob.mx/encuesta/brujula/bruj_2008/bol65_phishing.asp.

Consulte la sección Internet y comercio electrónico en la dirección http://www.profeco.gob.mx/encuesta/brujula/bruj06_temas.asp

Exhibir hasta el 30 de abril de 2008

Albóndigas a la jardinera*

Aporte nutrimental (por ración) • **Kilocalorías 560** • **Proteínas 28 g** • **Grasas 25 g** • **Fibra dietética 6 g** • **Colesterol 111 mg**

Ingredientes

- Carne molida (550 g)
- Arroz cocido al vapor (180 g)
- 1 yema de huevo
- 2 claras de huevo
- Calabacitas (1/4 kg)
- 3 zanahorias (140 g)
- Chícharos (240 g)
- Champiñones (250 g)
- 1 pimiento verde
- 4 dientes de ajo
- Puré de tomate (250 ml)
- 1 cucharada de aceite de oliva
- 6 ramas de perejil
- 1 hoja de laurel
- 1/2 cebolla
- 1 taza de caldo
- Pan molido integral
- sal y pimienta al gusto

Comentarios

La receta de Karina es muy novedosa pues la salsa se prepara a partir de diversos vegetales combinados y no sólo con jitomate y cebolla como la clásica, de esta manera se puede consumir una buena cantidad de verduras en un platillo, lo que aumenta su aporte de fibra dietética, vitamina C y betacarotenos.

Además se redujo la cantidad de carne con el fin de disminuir los valores excedidos de proteína y grasa de la receta original. Para eliminar el colesterol a los rangos de consumo recomendados para una comida Se eliminó también una de las yemas de huevo. Al disminuir estos ingredientes, el aporte calórico del platillo también se redujo, por lo que sugerimos servir las albóndigas sobre una cama de arroz al vapor. Así, este platillo sabio le proporcionará las cantidades adecuadas de calorías y proteínas, sin grasas ni colesterol en exceso.

Preparación

1. Para preparar las albóndigas, mezcle la carne molida en un recipiente con la yema y las claras de huevo, la sal, la pimienta, el pan molido, dos dientes de ajo y el perejil finamente picados. Haga albóndigas pequeñas y reserve.
2. Para preparar la salsa, sofría la cebolla troceada y los otros dos dientes de ajo picados en una cucharada de aceite de oliva. Después agregue las calabacitas, el pimiento y una zanahoria partidos en trozos medianos y añada agua hasta cubrir las verduras.
3. Ya que las verduras estén suaves agregue el puré de tomate y deje a fuego bajo hasta que el líquido se reduzca a la mitad. Licue y cuele la salsa, y póngala de nuevo en la cazuela con el caldo y la hoja de laurel.
4. Cuando empiece a hervir, agregue el resto de la zanahoria picada, tape la cazuela y deje cocer durante 10 minutos. Después añada las albóndigas junto con los chícharos y cueza todo junto de 20 a 25 minutos más.
5. Mientras tanto, rebane los champiñones y áselos a la plancha.
6. Para servir, coloque una cama de arroz en el plato, vierta encima las albóndigas con la salsa y adorne con los champiñones.s

El huevo

- Es un alimento de excelente calidad. La clara proporciona proteínas, potasio y vitamina B2, mientras que la yema es rica en grasas, proteínas y vitaminas como la A, B1, B2 y D, además de colesterol, componente por el cual se recomienda moderar su consumo.
- El huevo tiene además un compuesto conocido con el nombre de luteína, que es un excelente protector de la retina del ojo.

El champiñón

- Los hongos cultivables se conocen como champiñones. Cada 100 g aportan en promedio 27 kilocalorías, y su consumo es muy recomendable por su considerable aporte de fibra dietética y su bajo contenido de sodio y grasa.
- Además, los champiñones son fuente de vitaminas del complejo B, como tiamina, riboflavina y niacina. Entre los minerales que contienen se encuentran: potasio (importante para evitar la deshidratación), cobre, zinc, hierro y fósforo, componente de huesos y dientes. Además, 90% de su contenido es agua, lo que permite absorber el sabor de los alimentos y al mismo tiempo los enriquece dándoles un sabor característico.

*** Receta original** de la actriz Karina Mora
Adaptación de la receta original a Platillo Sabio Profeco por la nutrióloga María Rosa Ochoa Camposeco.

Fotos José Rodríguez

Tiempo total de preparación: 15 minutos
Rendimiento: 1 litro
Caducidad: 3 meses aproximadamente

Ingredientes

- 3/4 de taza de agua
- 1 taza de azúcar
- 1 1/2 cucharadas de miel de abeja
- 1 limón (la cáscara)
- 3/4 de taza de jugo de limón
- 1 naranja sin cáscara
- 1 clara de huevo

Utensilios

- Bote de plástico con capacidad de 1.5 litros
- Pala de plástico
- Agitador de globo

Recomendaciones

- Aumente la temperatura del congelador una hora antes de comenzar a preparar la nieve para que se congele más rápido.
- No exceda la cantidad de azúcar, pues esto dificulta la congelación.

Procedimiento

1. En una cacerola ponga a calentar el agua con el azúcar y la miel. Deje que hierva a fuego suave durante 5 minutos, sin dejar de mover hasta el fondo.
2. Retire del fuego y agregue la cáscara de limón para aromatizar el almíbar. Deje enfriar.
3. Corte la naranja en trozos pequeños, retire las semillas y licue con el jugo de limón.
4. Pase esta mezcla por un colador de malla media para retirar los restos de bagazo.
5. Una vez frío el almíbar, retire la cáscara de limón y agregue el licuado del paso 3.
6. Vierta la mezcla en el bote de plástico y guárdela en el refrigerador una hora aproximadamente.
7. Bata la clara a punto de turrón y agregue a la mezcla anterior. Guarde el bote en el congelador.
8. Aproximadamente cada hora bata con el batidor de globo para evitar que se le formen cristales grandes.

Datos interesantes

- La miel fue el endulzante más importante en Europa hasta el siglo XVI, cuando el azúcar se hizo más asequible. Alemania y los países eslavos, como Rusia, Polonia y Bulgaria, eran grandes productores de miel.
- Tradicionalmente, la nieve se elabora en un baño de hielo con sal (una medida de sal por dos de hielo) colocado en un barril de madera y en medio un recipiente de metal que contiene la nieve.
- La sal hace que la temperatura del hielo descienda por debajo de los 0ºC, lo que permite que el agua se congele. Esta técnica de congelación se ha empleado desde la antigüedad, inclusive en los barcos pesqueros se utilizaba para que los productos llegaran a puerto en óptimas condiciones.

* **Validación técnica** Maestro en ciencias Miguel Ángel Meza Vudoyra

Fotos José Rodríguez

Foto Latinstock